

UNIVERSITATEA „ALEXANDRU IOAN CUZA” IAȘI
FACULTATEA DE TEOLOGIE ORTODOXĂ „DUMITRU STĂNILOAE”
SPECIALIZAREA: TEOLOGIE PASTORALĂ

LUCRARE DE LICENȚĂ

ACTUALITATEA ÎNVĂȚĂTURILOR MITROPOLITULUI ANTONIE DE SUROJ

ÎNDRUMĂTOR ȘTIINȚIFIC:

Pr. prof. univ. dr. Ioan C. TEȘU

CANDIDAT:

Constantin-Claudiu PÂNTEA

Iași
2017

Cuprins

Introducere.....	3
I. Cine a fost Mitropolitul Antonie de Suroj?	5
I.1. Viața Mitropolitului Antonie.....	5
I.2. Portretul Mitropolitului Antonie	16
I.3. Mărturii ale celor care l-au cunoscut pe Vlădica Antonie.....	20
I.3.1. Monahia Anastasia	20
I.3.2. Mitropolitul Kallistos Ware	23
I.3.3. Protoiereul Maxim Nicolski	24
II. Despre rugăciune.....	26
II.1. Rugăciunea, cale de dialog între om și Dumnezeu	26
II.2. Învățătura Mitropolitului Antonie despre rugăciune.....	43
II.2.1. Rugăciunea ca întâlnire și relație cu Dumnezeu	43
II.2.2. Rugăciunea, disciplină a trupului și hrană a minții, inimii și sufletului	52
II.2.3. Cum faci din viață o rugăciune lucrătoare	62
III. Taina Spovedaniei sau Taina Pocăinței	69
III.1. Spovedania și pocăința în învățătura Bisericii.....	69
III.2. Învățătura Mitropolitului Antonie despre Spovedanie și iertarea păcatelor	83
III.2.1. Pregătirea pentru spovedanie.....	83
III.2.2. Spovedania, calea întoarcerii, împăcării și întâlnirii cu Hristos.....	88
III.2.3. În fața duhovnicului Antonie	98
III.3. Învățăturile Mitropolitului Antonie despre pocăință	104
III.3.1. Ce nu este pocăința în viziunea Mitropolitului Antonie.....	104
III.3.2. Pocăința, leacul bolilor noastre sufletești	109
Concluzii.....	122
Bibliografie:.....	128
Izvoare:	128
Volume	130
Articole și studii	136
Curriculum vitae	138
Declarație privind originalitatea conținutului lucrării de licență.....	141

Introducere

De mic copil, grație unui peisaj deosebit de frumos al depresiunii Dornelor, în care mi-am petrecut primii ani din viață, am fost fascinat de viața oamenilor simpli, de portul popular, de vorbele cele din bătrâni, ce purtau pecetea înțelepciunii, izvorâte din sufletele lor greu încercate de vremurile prin care au trecut. Acolo, în inima munților, din gesturile și cuvintele bunicuței care m-a crescut și a comunității întregi în care am copilărit, am înțeles că Dumnezeu este cât se poate de real și nimic nu se întâmpla sau nu se făcea fără voia Lui. Și acum, îmi aduc aminte cu drag și dor de acei ani, când mă aflam la pescuit, pe râul Bistrița și mă „certam” cu Dumnezeu pentru că uneori scăpau peștii din cârligul improvizat dintr-un bold, înțelegând eu, cu mintea mea de copil, că El, atunci nu a vrut sau nu a îngăduit să-i prind, spre marea mea revoltă. Alteori, nu știam cum să-I mulțumesc, atunci când îmi vedeam împlinite dorințele, însă toată starea aceasta de recunoștință ținea până când se întâmpla din nou ceva care nu corespundea cu așteptările mele. Fără să-mi dau seama, pentru că totul era prea firesc, eu, de fapt, cunoșteam atunci sentimentul unei relații personale cu Dumnezeu. Confruntat cu aceste realități în centrul cărora Dumnezeu dispunea mai de fiecare dată ce anume să se întâmple și ce nu, în cugetările mele de-a lungul timpului, am căutat mereu un sens al lucrurilor. Cred că fiecare om trece prin această neliniște interioară și caută să-și găsească o motivație pentru tot ceea ce face și o explicație pentru bucuriile și necazurile prin care a trecut sau pentru ceea ce urmează să-i rezerve viitorul. Ne naștem fără voia noastră într-un neam, într-o țară, într-o familie, într-un context social și cultural, iar credința o moștenim, de obicei, de la părinți sau o dobândim din experiențele trăite undeva, cândva, într-o anumită împrejurare, care și-a pus amprenta asupra vieții noastre.

Lecturând viața Mitropolitului Antonie, m-am bucurat să constat că sunt câteva lucruri care ne leagă. A fost crescut și el sub aripa ocrotitoare a bunicilor, a fost și el preocupat, în mod deosebit, de a afla un sens al vieții și al tuturor experiențelor pe care le-a trăit, iar mai târziu a ajuns să vorbească lumii despre un Dumnezeu viu, Care ne invită să trăim într-o relație autentică și personală cu El, să nu fim falși, să nu ne adresăm Lui ca unui simbol sau doar atunci când dăm de greu.

Eu, ca mulți alții, nu vin pe linia consacrată de la început a tinerilor teologi care au pornit pe drumul cunoașterii învățăturilor despre Dumnezeu începând cu Seminarul Teologic și care au aprofundat apoi noțiunile dobândite, urmând studiile Facultății de Teologie. Profilul meu este unul tehnic, fiind absolvent al Facultății de Electronică și Telecomunicații și aflarea mea acum, la finalul studiilor teologice, nu o pot pune decât pe seama chemării lui

Dumnezeu, mai ales că a fost nevoie să implic în acest demers și familia, care s-a îmbogățit în acești ani cu trei sufletele trimise în dar de Dumnezeu.

Interesul pentru tema aceasta nu a luat naștere deloc întâmplător. Aflat, odată, la spovedanie, l-am întrebat pe părintele meu duhovnic: „Părinte, trebuie să mă hotărâsc asupra unei teme pentru licență și vreau să mă ajutați cu un sfat pentru că va trebui să depun un efort și vreau să mă folosesc de pe urma lui. Profilul meu tehnic nu-mi permite să aleg o temă pur teoretică, și vreau să mă îndrumați spre ceva practic, să pot vedea mai limpede cum poate să mai ajungă omul zilelor noastre la Dumnezeu, prin lucrarea vie a Bisericii. În electronică, bunăoară, am urmărit în ce măsură curentul dintr-un anumit circuit este în stare să miște ceva, să facă ceva concret și vreau să merg pe aceeași linie și cu teologia”. A stat și s-a gândit părintele la ceea ce mă frământa și mi-a zis: „cercetează învățăturile Mitropolitului Antonie de Suroj și vei descoperi ceea ce dorești să afli”. Știam foarte puține lucruri la vremea respectivă despre el, însă am luat cuvântul părintelui ca fiind din gura lui Dumnezeu și așa am realizat, de fapt, mai târziu, cât de multe lucruri am în comun, în special, cu copilăria tânărului Andrei Bloom, despre care am ales să scriu la începutul acestei introduceri, cu marea deosebire că el a ajuns un om sfânt și eu sunt, încă, doar o slugă netrebnică.

Sub îndrumarea Părintelui Profesor Teșu Cristinel Ioan și călăuzit de ajutorul lui Dumnezeu și, cred eu, și a Mitropolitului Antonie, am încercat pe parcursul a trei capitole, să arăt cu ce „instrumente” a lucrat Biserica în viața omului, încă de la întemeierea ei, și care sunt și astăzi cât se poate de actuale, așa încât acesta să poată ajunge să trăiască o relație vie și personală cu Dumnezeu. Mitropolitul Antonie vorbește, astfel, despre rugăciune, pe care o vede ca pe un mod de viață a oricărui creștin, și un prilej de dialog cu Dumnezeu, despre Taina Spovedaniei, calea întoarcerii la Dumnezeu de care ne îndepărtăm ori de câte ori alegem să trăim în păcat, și despre Taina Pocăinței, ca părere de rău pentru păcatele săvârșite și hotărârea de schimbare a vieții, de restabilire a legăturilor vii și reale cu Dumnezeu.

Să ne ajute Dumnezeu să-I urmăm Lui, știut fiind faptul că suntem pasageri în viața aceasta și că așa cum spunea Părintele Arsenie Boca, ne așteaptă o viață veșnică într-o Împărăție în care nu putem intra dacă nu am trăit-o încă de aici, de pe pământ, în această viață trecătoare! Rugăciunea, Spovedania și Pocăința sunt căi sigure prin care omul poate ajunge să trăiască Împărăția lui Dumnezeu, în trupuri vremelnice, viețuind pe tărâmurile acestei lumi trecătoare.

I. Cine a fost Mitropolitul Antonie de Suroj?

I.1. Viața Mitropolitului Antonie

Andrei Borisovici Bloom s-a născut pe data de 19 iunie 1914, la Lausanne în Elveția, cu două luni înainte de a se declanșa primul război mondial. Părinții lui locuiau aici, împreună cu bunicii materni, Nikolai și Olga Skriabin.¹

Pe linie paternă, tânărul Andrei Bloom se trăgea din strămoși de origine scoțiană, care au venit și s-au stabilit în Rusia, reușind să se integreze aici și să obțină un statut social și material important, iar pe linie maternă, se trăgea din neamul Skriabin. Tatăl său se numea Boris Edwardovici Bloom și era diplomat al misiunii ruse din Elveția, iar mama lui, Xenia Bloom, era sora marelui compozitor Alexandr Skriabin. Acesta era un geniu dat de Rusia în materie de muzică².

Despre mama lui, care a murit după ce suferise de cancer trei ani de zile, spunea că: „A iubit viața. A iubit-o cu pasiune. Cu câteva zile înainte de a muri, a spus că ar fi pregătită să mai trăiască încă 150 de ani în suferință, numai să trăiască. Ne-a iubit. S-a întristat pentru despărțirea noastră: «O, pentru atingerea unei mâini nevăzute și sunetul unei voci care tace»”³.

Își amintește că în „Vinerea Mare, pe 11 aprilie 1958”⁴, s-a dus să slujească la biserică și când s-a întors nu și-a mai găsit mama în viață. A urmat, apoi, o perioadă grea pentru el, marcată de tristețe și durere, până într-o zi când o bătrânică, enoriașă din biserică, a venit și i-a zis că a visat-o pe mama lui, sfătuindu-l: „Vlădica, până nu vă veți găsi liniștea sufletului, nici mama dumneavoastră nu își va putea găsi liniștea acolo unde se află acum!”⁵.

Puțin după nașterea sa, la Lausanne, în anul 1914, tatăl lui a fost numit consul al Rusiei, în Persia. Acestea sunt locurile în care Andrei, unicul fiu al Xeniei și a lui Boris Bloom, își petrece prima parte a copilăriei sale⁶.

¹ Gillian Crow, *Acest om sfânt*, traducere de Monica-Irina Bazon, Editura Theosis, Oradea, 2017, p. 21.

² Evgheni Tugarinov, *Cum l-am cunoscut pe Mitropolitul Antonie*, în *Viața Mitropolitului Antonie de Suroj din mărturiile celor care l-au cunoscut sau Omul care L-a văzut pe Dumnezeu*, traducere de Monahia Mina, Editura Sophia, București, 2017, p. 13.

³ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Moartea și pierderea grea*, în *Cum să trăim Ortodoxia astăzi*, traducere de Doina Rogoti, Editura Sophia, București, 2010, p. 85.

⁴ Gillian Crow, *op. cit.*, p. 194.

⁵ Monahia Anastasia, *Am întâlnit o lumină pe cale*, în *Viața Mitropolitului Antonie de Suroj din mărturiile celor care l-au cunoscut sau Omul care L-a văzut pe Dumnezeu*, p. 7.

⁶ Michel Evdochimov, *Să ne rugăm 15 zile cu Antonie Bloom, Mitropolit de Suroj*, traducere de Măriuca Alexandrescu, Editura Sophia, București, 2015, p. 6.

Schițând în câteva cuvinte portretul tatălui său, Vlădica Antonie a spus că: „Tatăl meu era un om timid. Vorbea puțin și ne vorbeam puțin unul celuilalt”. Prima dată când au putut să stea de vorbă cu toată „deschiderea minții și a inimii” a avut loc într-o seară de Paști. A fost, de fapt, prima și ultima lor conversație pentru că în noaptea aceea Boris Bloom a plecat la Domnul⁷.

În anul 1917, izbucnește Revoluția din Rusia, și familia sa a fost nevoită să părăsească Persia⁸.

Cariera diplomatică a tatălui său și contextul istoric în care s-a născut a făcut ca anii tinereții lui să fie marcați de multe deplasări și mutări dintr-o țară în alta, lucruri despre care Mitropolitul Antonie amintește în cadrul unor interviuri, spunând că după ce a părăsit Persia, împreună cu familia sa, a călătorit prin Spania, Franța, Austria și Iugoslavia. „În cele din urmă ne-am întors în Austria, unde am mers la școală pentru un timp, după care am ajuns iarăși în Franța, în 1923, unde ne-am și stabilit pentru următorii aproximativ douăzeci și șapte de ani.”⁹

Mărturisea despre sine că: „Aparțin primelor zile ale emigrării din Rusia, care a urmat Revoluției comuniste, [aparțin] unei perioade de nefericire, violență, cruzime, pribegie și foamete”¹⁰.

Familia lor a gustat amarul stării de emigrant, amar pe care aveau să-l guste, de altfel, sute de mii de familii de ruși, siliți cu toții de noua putere sovietică să-și părăsească țara. Pentru Andrei Bloom, timp de mai mulți ani, Rusia a rămas numai un vis, un dor și o rugăciune stăruitoare pentru țara lui de departe, în care a tot sperat să se reîntoarcă. Izgoniții puterii sovietice, au găsit adăpost și ocrotire în Franța, țara care și-a deschis granițele pentru a-i primi, însă fără vreun sprijin financiar din partea guvernului. Nobilimea rusă din emigrație, pentru a putea supraviețui acelor vremuri grele, s-a văzut silită să-și scoată la vânzare bijuteriile de familie și obiectele de valoare astfel încât fiecare s-a descurcat cum a putut¹¹.

Stabilindu-se la Paris, în 1923, pentru o perioadă mai lungă de timp, tânărul Andrei și-a făcut studiile, reușind să obțină licența în fizică, chimie și biologie, iar mai târziu doctoratul în medicină, la Universitatea Sorbona¹².

⁷ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Moartea și pierderea grea*, p. 82.

⁸ Idem, *Taina iertării. Taina tămăduirii*, ediția a doua, traducere de Monahia Anastasia (Igiroșanu), Editura Reîntregirea, Alba Iulia, 2014, p. 109.

⁹ Idem, *Școala rugăciunii*, traducere de Gheorghe Fedorovici, Editura Sophia, București, 2006, p. 8.

¹⁰ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Mai aproape de Hristos. Spovedania și iertarea*, traducere de Dragoș Dâscă, Editura Doxologia, Iași, 2014, p. 30.

¹¹ *Viața Mitropolitului Antonie de Suroj*, p. 15.

¹² Mitropolit Antonie de Suroj, *Taina iertării. Taina tămăduirii*, p. 108.

Perioada în care și-a urmat studiile a fost marcată de grele încercări. Sărăcia, neajunsurile de tot felul, făceau parte din peisajul existenței lui din acești ani, care se pare că, mai târziu, au constituit temelia zidirii sale sufletești, înclinate spre a sluji semenilor săi. Trăind el însuși suferința, va fi capabil, mai târziu, să o aline, să o înțeleagă și să o tămăduiască.

La vârsta de doisprezece ani, a început să lucreze pentru a putea să-și cumpere cărțile necesare pentru școală. Astfel, a început să ofere meditații copiilor mai mici decât el la aritmetică și diferite alte materii, la care ceilalți nu reușeau să se descurce. Își ajuta colegii la latină, fizică și chimie câte trei patru ore în fiecare seară, reușind să-și plătească universitatea și să facă față tuturor nevoilor financiare. Nu a fost deloc ușor deoarece nu mai avea timp din pricina meditațiilor să învețe pentru el în cursul săptămânii, și trebuia să facă totul la sfârșitul acesteia. De cele mai multe ori, învăța noaptea, până spre dimineață, apoi se odihnea până la amiază, după care începea din nou să lucreze. Acest program îl epuizase, însă a fost singura soluție pentru el ca să-și poată continua studiile¹³.

Anii de școală au fost cea mai grea perioadă din viața lui, cum avea să mărturisească spre sfârșitul vieții Vlădica Antonie: „Niciodată, în întreaga mea viață, nu mi-a fost dat să îndur atâta frică și durere, atât fizică, cât și emoțională”¹⁴. Ani de zile, s-a luptat cu împietrirea inimii, dobândită în această perioadă în care fiecare om constituia un pericol, iar a supraviețui însemna să devii cu totul de piatră. Mulți ani mai târziu, în timp ce călătorea cu metroul prin Paris, furat de lectura unei cărți, când își ridică ochii își dă seama că urmează să treacă prin stația de lângă fosta școală unde a învățat. Atât de mult fusese marcat de bătăile și umilințele din acea perioadă, încât în acel moment „a leșinat de groază”¹⁵.

Referindu-se la copilăria lui, Mitropolitul mărturisea, într-un interviu, că: „...până la vârsta de 15 ani, viața fusese foarte grea, nu aveam un acoperiș sub care să locuim cu toții, iar eu locuiam la internatul școlii, unde viața era aspră și violentă. Toți membrii familiei mele locuiau în diferite colțuri ale Parisului. De-abia pe la 14 ani, am reușit să locuim toți împreună, ceea ce a fost o adevărată fericire și binecuvântare – este ciudat să crezi că cineva ar putea descoperi fericirea perfectă într-o casă de la periferia Parisului, dar așa s-a întâmplat. Era prima dată de la Revoluție, când aveam și noi o casă”¹⁶.

¹³ Idem, *Școala rugăciuni*, p. 10.

¹⁴ Gillian Crow, *op. cit.*, p. 55

¹⁵ *Ibidem*.

¹⁶ Mitropolitul Antonie de Suroj, *op. cit.*, p. 12.

Familia sa nu mergea la biserică, și el nu știa mai nimic despre Dumnezeu¹⁷. Până pe la 15 ani, Andrei Bloom se declarase ateu, necredincios și un înverșunat vrăjmaș al Bisericii, precum Saul, odinioară, până să se întâlnească pe drumul Damascului cu Dumnezeu. Nu avea nici un interes față de El și ura, îi plăcea cam tot ceea ce avea legătură cu ideea de Dumnezeu¹⁸.

La această stare de necredință au contribuit și unele experiențe neplăcute din timpul școlii, mai ales că se afla într-o lume străină, confuză în care adesea puteai fi înțeles greșit. Aflat la școală în Viena, mama lui a menționat pentru ora de religie că este ortodox. A fi „ortodox” în acea vreme se înțelegea că ești „evreu ortodox”. Astfel, la prima sa oră de religie a fost trimis la un rabin, care îl întreabă de ce nu poartă pălărie mică neagră, la care Andrei, cu inocență, răspunde: „Nu am o pălărie mică neagră, dar am acasă o icoană și o cruce”. Auzind că este creștin, l-a dat afară din clasă și, în timp ce se afla pe coridor, se întâlnește cu directorul școlii, care, după ce află cele întâmplate, îl trimite la un preot. Ajuns la acesta, îl întreabă dacă este romano-catolic, la care Andrei răspunde: „Nu, sunt ortodox rus”. Acuzându-l că este eretic, este dat afară din clasă și de preot. „Și acesta – spunea Mitropolitul Antonie cu un zâmbet triumfător - a fost sfârșitul educației mele religioase!”¹⁹

Cu toate acestea tânărul, Andrei a avut parte și de câteva experiențe minunate în viața lui, care i-au dat de gândit. Mai târziu, ele aveau să constituie etapele unui real proces de convertire la creștinism.

Un prim lucru, care a marcat conștiința tânărului Andrei, a fost un cuvânt primit de la tatăl său, care i-a spus, într-o zi: „Singurul lucru care contează este ceea ce te face să trăiești și pentru care ai fi gata să-ți dai viața” și care a stăruit mult timp în mintea lui ancorată în setea după cunoaștere manifestată prin efortul său de a studia și de a se împlini prin cultură²⁰.

De mic copil s-a remarcat printr-o putere de a se opune oricărei forme de compromis în ceea ce privește viața lui. La vârsta de 8 ani, după ce ajunge în Franța, merge, împreună cu mama lui, să se înscrie la școală. Catolicii, pentru a atrage noi membri în sânul bisericii lor, le propuneau părinților să-și înscrie copiii în școlile lor. În urma încheierii acestui acord, Andrei avea să urmeze cursurile unei școli catolice foarte bune. La plecare, preotul, care s-a ocupat de tot acest demers, i-a spus mamei lui: „Ah, iertați, un minut vă rog: este de la sine înțeles că, dacă băiețelul vine la noi la școală, va deveni catolic!”. Auzind acest lucru, Andrei, la doar 8 ani, fără să fi avut vreo convingere religioasă, se opune, zicând: „Să mergem, eu nu sunt de

¹⁷ Michel Evdochimov, *op. cit.*, p. 6.

¹⁸ *Ibidem*, p. 21.

¹⁹ Gillian Crow, *op. cit.*, pp. 46-47.

²⁰ Michel Evdochimov, *op. cit.*, p. 7.

vânzare!”. Nu a putut să fie de acord cu tonul și maniera în care s-a adresat acel preot catolic, care, în sufletul său, suna cam așa: „îl cumpărăm; noi îi dăm școala, dumneavoastră ne dați sufletul lui!”. A refuzat ideea de a fi cumpărat și de aș vinde sufletul pentru un trai mai bun, deși, după cum ziceam, această atitudine nu avea la bază nici o motivație de ordin religios²¹.

Zidit cu o personalitate de neînduplecat, a reușit să nu cadă în capcanele înșelătoare ale lumii acesteia, în care bunăstarea era una din cele mai râvnite căi de cei mai mulți. Rădăcinile sale de neam, se pare că au fost bunul cel mai de preț al tânărului Andrei Bloom. Era conservator al valorilor moștenite, ceea ce îi oferea forța de a lupta cu vicisitudinile vieții.

Prima s-a experiență spirituală profundă o trăiește pe la vârsta de 11 ani. Fiind trimis într-o tabără de băieți, a întâlnit un preot tânăr, de doar 30 de ani, care l-a impresionat prin dragostea ce o dăruia în mod necondiționat tuturor copiilor. Era pentru prima dată când vedea un om capabil să iubească cu o dragoste ce nu era influențată de cuminenția lor, după cum nu era nici afectată de obrăznicii lor. Deși era iubit și acasă, totuși așa ceva nu mai întâlnise până atunci. Tot ce trăia în relație cu părinții și prietenii lui erau experiențe, bucurii pe care le considera ca fiind lucruri firești, normale, nimic deosebit.

Deși atunci vedea în acel părinte doar un om vrednic de iubit, care merita toată prețuirea și respectul, totuși, după un timp, când ajunge să descopere Evanghelia, a înțeles că omul acela iubea cu o iubire care izvoră de undeva de dincolo de el. Acel preot, așa cum l-a simțit și cunoscut tânărul Andrei Bloom, împărtășea copiilor o iubire dumnezeiască, în care reușea să-i cuprindă pe toți. După acest episod, ajunge să trăiască bucuria întregirii familiei și când fericirea își făcuse loc și în viața lui, se întâmplă cu el un lucru neobișnuit. Deodată, își dă seama că o fericire, oricât de mare ar fi ea, dacă este lipsită de un scop, dacă nu este legată de un rost în viață, este de nesuportat. Iar acest sens și scop nu le putea întrevădea pentru că el refuza să creadă și se împotriva la orice idee legată de Dumnezeu²².

„Îmi amintesc că, pe când eram un băiețel de zece, doisprezece, treisprezece ani, credeam că lumea și viața erau o junglă, locuită de fiare sălbatice; că fiecare om din preajma mea era în pericol, că cineva îmi dorea moartea; că supraviețuirea însemna a te lupta și a deveni tare ca un cui. Astfel vedeam lumea din jurul meu. Și astfel am făcut lumea pentru ceilalți”²³.

Trăiește o adâncă lipsă de sens a vieții sale, ajungând să aibă chiar și gânduri de sinucidere. Lumea întreagă, pentru el, i se părea lipsită de sens și în sufletul său trăiește acum

²¹ Evgheni Tugarinov, *Interviu cu Mitropolitul Antonie de Suroj, în Viața Mitropolitului Antonie de Suroj*, pp. 97-98.

²² Mitropolitul Antonie de Suroj, *Școala rugăciuni*, p. 13.

²³ Idem, *Mai aproape de Hristos*, p. 30.

o mare dramă, pe care caută să o înțeleagă. Câteva luni, și-a îndreptat serios atenția asupra acestei noi experiențe din viața lui. Era hotărât să-și pună capăt zilelor dacă nu va descoperi un înțeles pentru toate suferințele și bucuriile trăite de el până în acest moment²⁴.

„A început să-și petreacă zilele libere rătăcind pe străzi, trecând ca un orb dintr-o parte în alta a drumului în speranța că îl va lovi o mașină care îi va pune astfel capăt vieții sale nefericite”. De parcă nu erau toate acestea îndeajuns, la starea lui afectivă și așa șubredă se mai adaugă și suferința divorțului părinților lui. De acum, pe umerii lui apăsa o nouă responsabilitate față de mama și bunica lui și anume aceea că fără să vrea devenise capul familiei, singurul bărbat din casă²⁵.

Privind la această frământare a tânărului Andrei, îmi vine în minte experiența doctorului psihiatru Viktor E. Frankl, care a trecut prin grelele încercări ale temnițelor.

Acesta și-a petrecut o bună parte din viață în lagărele de concentrare, suferind de foame, frig, violență, teamă la care s-a adăugat durerea pierderii celor dragi, soția, tatăl, mama și fratele care au murit tot în lagăr, în camerele de gazare. În aceste condiții, pentru a rezista presiunii interioare ce-l măcina, a căutat să găsească un sens suferinței, un sens vieții, o cale de a putea merge mai departe, după ce practic a pierdut totul²⁶.

Despre „sensul” care l-a măcinat în acești ani ai tinereții sale, ajunge mai târziu Antonie Bloom să ne vorbească în calitate de Mitropolit, prezentând momentul în care Sfântul Ioan Botezătorul era închis de Pilat. Așteptându-și moartea în celulă, trimite pe doi dintre ucenicii săi la Mântuitorul ca să-L întrebe: „Tu ești Cel ce trebuie să vină, ori așteptăm pe altul? (Matei 11, 3) Ce se ascunde îndărătul întrebării acesteia? Oare nu cumplita întrebare: Pentru ce mor eu acum? De dragul a ce?” Dacă Cel ce venise pe malurile Iordanului ca să fie Botezat nu ar fi fost Hristos atunci în zadar ar fi fost toată nevoința lui, în zadar și moartea lui. Numai Hristos putea să dea sens unei astfel de vieți. Numai în El jertfa capătă valoare veșnică²⁷.

Revenind la Victor Frankl, el spune că aflarea sensului, căutarea lui este motivația primă a omului, în viață. Omul trăiește și moare prin prisma unor idealuri și valori proprii fără de care ajunge în pragul deznădejdi. Un sondaj realizat în Franța pe tema aceasta, a arătat în urma rezultatelor obținute că 98% dintre oamenii chestionați, au răspuns afirmativ, admitând că omul are nevoie de „ceva”, pentru care să trăiască. Un alt studiu, care dorea să afle care

²⁴ Michel Evdochimov, *op. cit.*, p. 21.

²⁵ Gillian Crow, *op. cit.*, p. 57.

²⁶ Viktor E. Frankl, *Omul în căutarea sensului vieții*, traducere de Silviu Guranda, Editura Meteor Press, București, 2009, pp. 7-8.

²⁷ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Taina iubirii*, traducere de Adrian Tănăsescu-Vlas, Editura Sophia, București, 2009, pp. 48-49.

este cel mai important lucru în viață, a scos la lumină faptul că 78% dintre ei au răspuns: „să caut și să găsesc un sens în viață”²⁸.

Plecând de la aceste cercetări, putem considera criza existențială și lipsa de sens a vieții pe care o trăia tânărul Andrei Bloom ca fiind cât se poate de justificate, iar salvarea nu putea să vină decât odată cu aflarea sensului vieții, care acum era o necunoscută pentru el.

Așa a rânduit Dumnezeu ca, într-o zi din Postul Sfințelor Paști, pe când era membru al unei organizații rusești de tineret din Paris, Andrei Bloom să fie invitat de unul din șefii acestei organizații, să participe la o conferință, susținută de un preot²⁹.

Asistând la cuvântarea acestui teolog din diasporă, mai mult forțat de împrejurări și nu dintr-o dorință arzătoare a lui de a asculta vreun cuvânt venit din gura unui om a lui Dumnezeu, se simte provocat de idealurile „lipsite de bărbăție” ale creștinismului, și se hotărăște să verifice singur dacă Evanghelia este așa cum o prezenta acel teolog³⁰.

Întors acasă, cere mamei sale o Evanghelie și se închide în cameră ca să citească. Alege Evanghelia după Sfântul Marcu, pentru că aceasta era cea mai scurtă dintre ele și nu termină de citit primele trei capitole moment în care simte alături de el o prezență personală de care a fost convins că este Hristos³¹.

„Această prezență o va simți de-a lungul întregii sale vieți și se va dăruie pe deplin Domnului Hristos, Cel care Se manifestase cu atâta blândețe adolescentului mândru că este ateu”³².

Ajunge să-L cunoască pe Dumnezeu, prin experiență, trăind prezența Lui. Avea nevoie de o certitudine, de un fapt real, trăit, experimentat, ceea ce s-a și întâmplat. Acesta este momentul convertirii tânărului Andrei Bloom la creștinism, în șirul celor câteva etape din viața lui despre care am amintit în paginile de mai sus, și reprezintă o încununare a eforturilor sale depuse cu scopul de a găsi un sens vieții pe care o trăia cu atâta neliniște.

Întâlnirea cu Hristos a fost cel mai puternic motiv pentru a continua să trăiască și viața lui de acum căpătase un scop precis: „acela de a împărtăși și altora descoperirea sa”.³³

Acum s-au făcut înțelese cuvintele tatălui său, era limpede că în afara Evangheliei, nu este nimic în lumea aceasta pentru care să merite să-ți dai viața³⁴.

²⁸ Viktor E. Frankl, *op. cit.*, p. 112.

²⁹ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Școala rugăciuni*, pp. 14-15.

³⁰ Protos. Savatie Baștovoi, *Mitropolitul Antonie al Surojului, arhiereu al lui Hristos și om al timpului său*, Mitropolitul Antonie de Suroj, *Bucuria pocăinței*, traducere de Mihai Costiș, Editura Marineasa, Timișoara, 2005, p. 7.

³¹ Andrew Walker, *Scurtă schiță biografică a Mitropolitului Antonie Bloom*, în Pr. Roman Rytsar, *Teologie chenică a lui Antonie Bloom, Mitropolitul Surojului, din perspectivă antropologică*, traducere de Lucian Filip, Editura Doxologia, Iasi, 2016, p. 465.

³² Michel Evdochimov, *op. cit.*, p. 8.

³³ Gillian Crow, *op. cit.*, p. 78.

„Lumea s-a schimbat dintr-odată, atunci când L-am aflat pe Dumnezeu, nu prin oameni, ci prin Evanghelie, prin prezența lui Dumnezeu, Care S-a făcut singur cunoscut. Îmi amintesc ce s-a întâmplat atunci când am simțit dintr-o dată că Dumnezeu există, cum în ziua următoare am ieșit pe stradă, am privit în jur la oameni și mi-am zis: Dumnezeu îl iubește pe fiecare dintre acești oameni. Îi voi iubi chiar și cu prețul vieții mele, fiindcă vreau să fiu cu Dumnezeu, nu fără El. Până atunci, fiecare om fusese un dușman, un pericol, iar viața mea o junglă”³⁵.

Asemeni Sfântului Siluan, întâlnirea cu Hristos a fost un moment care i-a schimbat cursul vieții. Inima de piatră i s-a preschimbat într-o inimă iubitoare și plină de compasiune față de aproapele, mintea care refuza pe Hristos acum nu se mai poate dezlipi de El, neascultarea și dezinteresul față de Hristos se preschimbă acum în ascultare desăvârșită. Toate acestea au fost posibile pentru că sufletul lui era însetat de aflarea unui sens, era vlăguit de căutări și așteptare fără răspuns. A fost un timp de așteptare de ambele părți. Tânărul Andrei Bloom aștepta să se facă lumină în viața lui, iar Hristos aștepta ca el să înseteze de dorul după El.

Preocupat de dorința de a sluji semenilor săi, tânărul Andrei a hotărât să urmeze facultatea de medicină, pe care o termină în 1939, odată cu izbucnirea războiului. Datorită acestui fapt, este recrutat ca medic chirurg în armata franceză și a participat la lupta Rezistenței franceze împotriva ocupației germane³⁶.

În anul 1939, înainte să plece pe front ca medic chirurg al armatei franceze, depune, în secret, voturile monahale și în anul 1943 a fost tuns în monahism, primind numele de Antonie, asemeni întemeietorului monahismului. După ce războiul se încheie, el a continuat să lucreze ca medic în Paris, până în anul 1948³⁷.

Trăiește în lume ca monah, încercând chiar și în aceste condiții să respecte voturile monahale date, sărăcia, castitatea și ascultarea. Tratează acum omul în ambele dimensiuni ale existenței sale, atât trupește, cât și sufletește, mânat de iubirea cu care privea și primea pe fiecare om pe care Dumnezeu rânduia să-i fie prin preajmă. Trăirea prezenței lui Hristos în viața lui, devenea acum lumină și far călăuzitor, bucurie și sprijin pentru ceilalți, ceea ce își dorise de fapt. Era un vis împlinit, trăia pentru că avea pentru ce trăi.

Este important de amintit faptul că el nu a vrut să devină preot, ci, împreună cu încă doi camarazi, aspirau doar să se călugărească și să rămână monahi toată viața. Doar că acest

³⁴ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Adierea Duhului. Purtarea de grijă față de suflet*, traducere de Monahia Mina, Editura Doxologia, Iași, 2015, p. 336.

³⁵ Idem, *Mai aproape de Hristos*, p. 30.

³⁶ Idem, *Școala rugăciunii*, p. 11.

³⁷ Idem, *Taina iertării. Taina tămăduirii*, p. 108.

plan al lor a eşuat și toți au devenit preoți deoarece la puțină vreme după depunerea voturilor monahale, au fost chemați pe rând de episcop, spunându-le: „Poți rămâne monah, dacă vrei. Dar am parohii fără preoți. Poți să lași fără Taine - fără Sfânta Împărtășanie, fără Botez - oameni pe care i-ai putea ajuta slujindu-le ca preot?”³⁸.

Astfel, tânărul Andrei Bloom, în timpul celui de-al doilea război mondial, devine, în taină, monahul Antonie și în 1948 a fost hirotonit preot. Deși nu cunoștea deloc limba engleză, este trimis ca misionar să slujească în Anglia, în calitate de preot slujitor. Doi ani mai târziu, în anul 1950, i s-a încredințat, spre păstorie, parohia patriarhală rusă din Londra³⁹.

În 1957, a fost hirotonit episcop și după cinci ani, în 1962, devine arhiepiscop „al nou înființatei eparhii a Surojului (Anglia)” subordonată canonic Patriarhiei Moscovei⁴⁰.

La vârsta de 52 de ani, în anul 1966, Sfântul Sinod al Patriarhiei Moscovei l-a ridicat pe Arhiepiscopul Antonie la rangul de Mitropolit⁴¹.

Un rol important l-a îndeplinit Mitropolitul Antonie de Suroj în lucrarea ecumenică, ca membru al delegației Bisericii Ruse la Conciliul Mondial al Bisericilor de la New Delhi și de la Geneva din 1966⁴². În 1961, când Biserica Rusă a fost primită în Adunarea Mondială a Bisericilor de la New Delhi, i s-a cerut delegației ruse să țină un discurs, ceea ce s-a și întâmplat prin cuvântul rostit de unul dintre reprezentanții acesteia.

Interesantă este opinia Mitropolitului Antonie legată de cuvântul rostit atunci, pe care îl asociază cu superficialitatea în care ne regăsim, adesea, noi ca și creștini care am primit un dar de mare preț de la Dumnezeu, credința cea dreaptă și adevărată și pe care adesea din păcate nu prea știm să o trăim și să o prețuim. Redau, aici discursul rostit cu această ocazie, așa cum și-l amintise Vlădica Antonie: „Dorim să vă mulțumim că ne-ați primit ca pe niște frați ai voștri! Nu vă aducem acum o credință nouă. Vă aducem străvechea credință a Evangheliei, credință pe care noi am păstrat-o și de la care voi, în parte, ați căzut. Să faceți din ceea ce noi vă aducem acum asemenea roade pe care noi nu am reușit să le facem, în ciuda credinței noastre neclintite și nebiruite!”⁴³.

Pe 7 februarie 1958, marele teolog Vladimir Lossky trece la cele veșnice și Vlădica Antonie este chemat la Paris să officieze slujba de înmormântare a acestuia. Sub ascultarea Patriarhiei Moscovei se va afla în 1959 și Mănăstirea întemeiată lângă Essex, de Arhimandritul Sofronie, care îl recunoștea pe Episcopul Antonie. Arhimandritul Sofronie s-a

³⁸ Idem, *Asceza și căsătoria*, traducere de Dragoș Dâscă, Editura Doxologia, Iași, 2014, pp. 108-109.

³⁹ Basil, Episcop de Serghievo, *Introducere*, în Mitropolit Antonie de Suroj, *Dumnezeu și omul*, traducere de Luminița Irina Niculescu, Editura Sophia, București, 2011, p. 6.

⁴⁰ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Bucuria pocăinței*, p. 2.

⁴¹ Gillian Crow, *op. cit.*, p. 223.

⁴² Mitropolitul Antonie de Suroj, *Școala rugăciunii*, p. 6.

⁴³ Evgheni Tugarinov, *Interviu cu Mitropolitul Antonie de Suroj*, pp. 100-101.

călugărit în Sfântul Munte Athos, la Mănăstirea Rusească Sfântul Pantelimon, sub îndrumarea duhovnicească a celui ce avea să devină Sfântul Siluan. După cel de-al doilea război mondial, din cauza unor probleme de sănătate, ajunge la Paris, pentru tratament. Într-un azil de bătrâni rusești, ia naștere o mică comunitate, care, din lipsă de cărți liturgice, ajunge să practice rugăciunea inimii cu glas tare. După ce această comunitate se extinde, nemaivând loc, cu toții se mută în Anglia⁴⁴.

Acesta este istoricul întâlnirii celor două mari personalități duhovnicești care s-au făcut călăuze vii pentru sufletele rătăcite și bolnave ale lumii în care trăim.

În calitate de Mitropolit, Vlădica Antonie a vizitat Rusia de mai multe ori, trăind cu nostalgie revederea patriei, pământ al copilăriei sale, unde nu se mai simțea ca un străin. Cu toate acestea aici se întâlnește cu o societate ostilă și atee, în care Biserica era atent monitorizată de stat, peste tot erau amplasate microfoane și el era conștient de faptul că era urmărit la tot pasul, ceea ce-l determină să spună că: „Rusia modernă îmi este străină”⁴⁵.

Aflat într-o excursie în Rusia, un admirator al său îl întreabă: „Acum, când situația politică o permite, de ce trăiți încă în Anglia, când ați putea fi aici, în țara dumneavoastră?” I-a răspuns că nu poate să-și părăsească turma pe care i-a încredințat-o Dumnezeu⁴⁶.

În vara anului 1997, când Prințesa Diana a murit, la sfârșitul Liturghiei, Vlădica Antonie i-a adus în timpul predicii un omagiu. Participă și la slujba de parastas, zicând despre Prințesa Diana că a avut o viață „tragică”. Citând din Vechiul Testament, a mai spus atunci: „Am gustat miere, iar acum aștept moartea”⁴⁷.

Și-a dedicat viața slujirii aproapelui ca medic și mai târziu ca părinte duhovnicesc. În tot acest timp, a fost, pe de o parte, un iscusit tămăduitor al rănilor și bolilor trupești, iar pe de altă parte, o lumină pentru toți cei care îl căutau pe Hristos și care au venit la el să-i ceară un sfat, un cuvânt de învățătură sau care au găsit în persoana lui o ultimă scăpare, într-un moment dramatic din viața lor.

După ce și-a împlinit rostul aici, printre noi, a trecut la Domnul, în vara anului 2003, pe 4 august, la Londra⁴⁸ murind de cancer, și a lăsat în urma lui o experiență de viață trăită în prezența lui Dumnezeu, pe care a oglindit-o în predicile sale, în interviurile oferite la radio și televiziune și în inimile tuturor celor care l-au urmărit, ascultat și întâlnit. „A fost o voce importantă a Adevărului”⁴⁹, care a propovăduit mesajul Sfintei Scripturi fără niciun fel de

⁴⁴ Gillian Crow, *op. cit.*, pp. 193.

⁴⁵ *Ibidem*, p. 204.

⁴⁶ *Ibidem*, p. 214.

⁴⁷ *Ibidem*, p. 356.

⁴⁸ Andrew Walker, *art. cit.*, p. 463.

⁴⁹ Gillian Crow, *op. cit.*, p. 364.

compromis, o voce pe care mulți nu au vrut să o audă, și care doreau să o reducă la tăcere, însă cu toate acestea, pentru cei mai mulți dintre credincioși, a fost și a rămas o sursă inepuizabilă de bucurie, nădejde și credință⁵⁰.

⁵⁰ *Ibidem.*

I.2. Portretul Mitropolitului Antonie

Încep să schițez portretul Vlădicăi Antonie printr-o afirmație pe care el obișnuia să o facă și care cred că este definitorie în ceea ce-l privește atât ca om, cât și ca părinte duhovnicesc: „Pentru mine, Dumnezeu este o realitate”⁵¹.

Mitropolitul Antonie de Suroj pe la sfârșitul anilor '60 și începutul anilor '70, se bucura de o foarte mare popularitate în rândul britanicilor, ajungând cel mai cunoscut orator creștin al posturilor de radio și televiziune. Conversațiile televizate cu Marghanita Laski, au rămas adânc întipărite în mintea și inima celor care l-au urmărit și ascultat. Descopereau un om capabil de a face față oricărei provocări, ajutat, desigur, și de experiența de viață, acumulată ca student, medic, militar, monah, preot, toate împletite cu o lucrare lăuntrică adânc ancorată în rugăciune și trăire a prezenței lui Dumnezeu. Astfel, cuvintele lui în materie de credință erau capabile să miște sufletele ascultătorilor, să pătrundă în inimile lor⁵².

Timp de 50 de ani, cât a slujit în Marea Britanie, a avut certitudinea că în Biserică, este loc pentru toată lumea, indiferent de rasă, culoare, naționalitate și, deși era împotriva prozelitismului din naștere, după cum am văzut din experiența trăită de el la vârsta de 8 ani, când a refuzat să îmbrățișeze catolicismul, a convertit, de-a lungul anilor, foarte mulți englezi. Aceștia au fost pătrunși de modul în care Vlădica Antonie trăia Ortodoxia și de felul în care vorbea despre teme importante de teologie, între care un loc important îl ocupa rugăciunea. Este numit de unul dintre corespondenții BBC, „singura voce puternică creștină din țară”⁵³.

De obicei, atunci când un tânăr alege să-și dedice viața lui Hristos, părăsește lumea, prietenii, rudele și se așează sub ascultare, într-o mănăstire. Tunderea în monahism este marcată de asumarea a trei voturi: ascultare, castitate și sărăcie. Vlădica Antonie a fost nevoit să-și asume calitatea de monah și să împlinească cele trei voturi nu într-o mănăstire, ci într-un context cu totul special.

Învăță ascultarea de la caporalul său, în timp ce se afla pe front. Depuse deja voturile monahale și fusese învățat că pentru a împlini acest vot, va trebui să facă ascultare de oricine îi va cere ajutorul, indiferent cine ar fi acel om. Cu sărăcia, era obișnuit încă din copilărie. Votul sărăciei i se părea că înseamnă a spune: „Mă mulțumesc cu ceea ce am”. Lăsase toate, trăia cu adevărat în sărăcie, însă mai rămăsese ceva de care nu se lepădase și anume „o intimitate cu Domnul, bine protejată”, care, pentru el, era mărgăritarul cel mai de preț. Constatase că în toată sărăcia în care trăia, totuși avea ceva de care încă nu se despărțise, ceva

⁵¹ *Ibidem*, p. 78.

⁵² Mitropolit Antonie de Suroj, *Dumnezeu și omul*, pp. 6-7.

⁵³ Andrew Walker, *art. cit.*, p. 464.

ce păstrase doar pentru el și acest lucru îi trezește noi semne de întrebare: „Oare nu trebuia să-I aparțin lui Dumnezeu, fără ca Dumnezeu să-mi aparțină?”. Astfel, frământat de aceste gânduri Dumnezeu îi oferă într-o zi un răspuns, în timp ce citea cartea Profetului Isaia. De aici înțelege că este multă lume înfometată după Dumnezeu și nu se cade să-L păstreze pe Hristos doar pentru el în mod egoist. A considerat că e cel mai potrivit să-și deschidă sufletul și să lase pe fiecare să ia ce dorește din el ca dintr-o piață, iar de hrana lui să nu se mai îngrijească, ci să lase în seama lui Dumnezeu acest lucru. Fecioria, pentru monahul Antonie, nu reprezenta o constrângere de ordin fizic, exterioară, ci o stare lăuntrică. Era un mod duhovnicesc de a privi pe aproapele pe care Dumnezeu, din marea Sa iubire, l-a chemat la existență și motivează acest lucru printr-un cuvânt al Părinților Deșertului: „Cel care l-a văzut pe aproapele său, L-a văzut pe Dumnezeul său”⁵⁴.

Într-un interviu acordat cu ocazia înscăunării sale ca mitropolit, în anul 1966, spunea despre sine, după ce fusese felicitat pentru această cinstire, că „de acum, din ce în ce mai mare este importanța pe care o are omul, iar aceasta este una dintre chestiunile pe care fiecare dintre noi ar trebui să o înțeleagă, pentru că, dacă el nu se păstrează pe sine ca om, ci se lasă înghițit de falsa părere pe care o au alții cu privire la rangul său, el se «dez-omenește», adică își pierde omenia, iar prin aceasta devine nimănui folositor”⁵⁵.

Era conștient de răspunderea mare la care îl chemase Dumnezeu și nu făcea din aceasta o sărbătoare, ci o mai atentă cercetare de sine, pentru ca nu cumva zadarnică să fie lucrarea lui duhovnicească, în care se angajase, purtat de dorul de a sluji lui Dumnezeu și oamenilor.

Nu-l schimbaseră deloc funcția, ci a rămas la fel, cum a fost și înainte, păstrând aceleași legături cu cei pe care îi îndrumase și mai înainte, propunându-și să se mențină pe aceeași linie și față de cei pe care îi va cunoaște și de acum înainte. „Eu mă raportează la administrația bisericească numai ca la un fel de «șantier al Bisericii», dar un «șantier duhovnicesc»; și numai din aceasta poate rezulta tot ceea ce este nevoie în afară, iar nu invers”⁵⁶.

Multă lume a simțit că a fost ajutată să-și schimbe viața, prin rugăciunile pe care el le făcea și de aceea, ajunge să fie foarte prețuit pentru acest dar, pe care-l dobândise de la Dumnezeu⁵⁷.

A fost un om al păcii, cel puțin din două motive. În primul rând, pentru că trăise experiența amară a exilului, a războiului care l-a ținut departe de neamul din care își trăgea

⁵⁴ Mitropolit Antonie de Suroj, *Asceza și căsătoria*, pp. 115-122.

⁵⁵ Idem, *Adierea Duhului. Purtarea de grijă față de suflet*, p. 336.

⁵⁶ *Ibidem*, p. 337.

⁵⁷ Gillian Crow, *op. cit.*, p. 330.

originile și văzuse care sunt consecințele acestuia pe chipul tuturor celor pe care i-a îngrijit cât timp a fost medic pe front, iar în al doilea rând, pentru că aflase pacea lăuntrică, odată cu aflarea lui Hristos, în urma lecturii câtorva capitole din Sfânta Scriptură.

Spunea Vlădica Antonie, în acest sens: „celor necredincioși aș dori să le spun că luptă între oameni nu ar trebui să existe. Căci nici măcar acolo unde ideologiile noastre se despart și nu pot cu nici un chip să se pună în acord, noi ar trebui, împreună să căutăm acel adevăr și acea dreptate care să fie o dreptate obiectivă”, considerând că cel care greșește ar trebui să-și recunoască această scădere și să nu stea în calea adevărului, să se dea la o parte. Altfel drept consecință socotindu-l pe celălalt potrivnic, omul se pierde, dar totodată se pierde și pe sine însuși⁵⁸.

Dar mai privea pacea și din perspectiva veșniciei, învățând că, dacă vrem ca cei dragi să-și găsească pacea acolo, în viața veșnică, în care au intrat, trebuie ca și noi, la rândul nostru, să ne găsim pacea sufletului aici, pe pământ, pace pe care o putem dobândi prin Hristos și în Hristos⁵⁹.

Și-a purtat mereu singur de grijă, spre uimirea enoriașilor. Acest lucru se datora, de fapt, educației primite de la mama lui, care, fiind nevoită să muncească, l-a învățat de mic să-și îndeplinească singur anumite sarcini. „Mama m-a educat atât ca pe un fiu cât și ca pe o fiică, ceea ce s-a dovedit a fi un lucru bun”, spunea mai târziu ucenicilor lui care nu-și puteau explica de unde își trage resorturile pentru această îndeletnicire⁶⁰.

Și-a asumat, cu smerenie, crucea bolii, fiindcă suferea de cancer și, deși nu credea în vise, totuși a existat în viața lui un vis în care a crezut. Era visul în care i s-a descoperit ziua în care avea să plece la Domnul. Așa se face că într-o noapte, îi apare în vis bunica lui, care, stând alături de el, frunzărea un calendar ale cărui foi le purta într-o parte și în alta, și, în cele din urmă, i-a rămas limpede înaintea ochilor data de 4 august 2003. Astfel, înțelesese că aceasta este ziua în care va pleca la Domnul⁶¹.

Privea moartea nu ca pe o tragedie, ci mai ales ca pe un nou început, ca pe o viață nouă, ce tocmai atunci începea „o viață neîncătușată și liberă”, un prilej de a evada „din cercul vicios al separării nesfârșite de Dumnezeu”, după cum odinioară Sfântul Apostol Pavel spunea: „căci pentru mine viața este Hristos și moartea un câștig”. (Filipeni 1, 21). Avea discernământul de a vedea în moarte și slava ei, nu doar durerea sau pierderea. Moartea subită a tatălui său, într-o noapte de Paști, pentru Vlădica Antonie, a însemnat un moment în care a

⁵⁸ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Adierea Duhului. Purtarea de grijă față de suflet*, p. 340.

⁵⁹ Monahia Anastasia, *Am întâlnit o lumină pe cale*, p. 7.

⁶⁰ Gillian Crow, *op. cit.*, p. 69.

⁶¹ Evgheni Tugarinov, *Cum l-am cunoscut pe Mitropolitul Antonie*, pp. 20-21.

simțit „...o calitate și o adâncime a liniștii care nu era sub nici o formă o absență a zgomotului, a sunetului. Era o liniște plină de substanță... o liniște care însemna o prezență”⁶², încât era convins că de fapt moartea nu există de vreme ce experiența prezenței nu murise.

La baza mesajului său, se afla certitudinea descoperirii, întâlnirii și era convins că dacă nu L-ai întâlnit pe Dumnezeu, credința ta nu poate fi autentică, ci una preluată de la alții. De aceea, îi îndemna pe fiii săi duhovnicești să ajungă la măsura de a mărturisi credința prin cuvintele: „Îl cunosc pe Dumnezeu pentru că L-am întâlnit”⁶³.

Îndreptarul său, după cum am văzut, era Evanghelia. Realitatea pe care tu o trăiești azi, reușea să o identifice pentru tine, pentru lămurirea problemelor tale în paginile Sfintei Scripturi. De aici mai departe, rămânea doar libertatea fiecăruia de a crede sau nu în sfaturile și învățăturile lui.

Pentru ucenicii săi, Vlădica Antonie era cel ce adesea se confunda cu glasul propriei lor conștiințe. În discursul său clar și direct se regăsesc atât tinerii, cât și bătrânii, intelectualii și oamenii simpli, fiind iubit nu doar de ortodocși, ci și de eterodocși, care erau majoritari în Anglia. Datorită predicilor sale, în care se întrevedea viața unui om care și-a asumat până la capăt durerea, a reușit să trezească chiar și respectul necredincioșilor. Aflat în fața lui sau citind cele ce s-au scris din ceea ce el a propovăduit, simțai că vorbește despre tine, despre viața ta, despre lumea în care trăiești, reușind, parcă, „să te facă contemporan cu Hristos”⁶⁴.

A rămas în amintirea celor care l-au cunoscut ca un om smerit și simplu. Nu avea un personal dedicat pentru a primi pe cei care aveau să ajungă la el pentru prima dată și care credeau că întâlnirea cu el trebuie să fie ceva solemn. De cele mai multe ori, chiar el deschidea celor care sunau la ușa laterală a catedralei, întâmpinându-i cu capul gol și purtând sutană⁶⁵.

⁶² Mitropolitul Antonie de Suroj, *Moartea și pierderea grea*, pp. 82-83.

⁶³ Gillian Crow, *op. cit.*, p. 252.

⁶⁴ Protos. Savatie Baștovoi, *art. cit.*, p. 6.

⁶⁵ Gillian Crow, *op. cit.*, p. 317.

I.3. Mărturii ale celor care l-au cunoscut pe Vlădica Antonie

I.3.1. Monahia Anastasia

Monahia Anastasia, cea care a tradus din limbile engleză și franceză, în limba română, mare parte din ceea ce s-a publicat despre învățăturile Mitropolitului, ne oferă o mărturie proprie a felului în care l-a cunoscut pe Vlădica Antonie: „Era o duminică seara din Postul Mare, cu ocazia unei Vecernii panortodoxe, când creștinii ortodocși, aparținând diferitelor jurisdicții din diaspora ortodoxă a Marii Britanii, veneau să se roage împreună, la Biserica Rusă din Londra. Intrând în biserică, am simțit impactul duhului de rugăciune și al prezenței calde și rugătoare a Vlădicăi Antonie, care slujea în acea seară Vecernia. Veneam de «afară» și mă aflam încă sub impresia lumii marelui oraș, a marelui «pustiu», lume încă destul de străină mie. De îndată, însă, ce am pășit înăuntru, am simțit că sunt «acasă», în «casa Tatălui». De atunci, nu încetez să-I mulțumesc Domnului pentru a-mi fi purtat pașii către acel liman al Său. În acest «acasă», l-am întâlnit pe Vlădica Antonie, cel care avea să-mi călăuzească pașii spre lumină, spre acea libertate a copiilor lui Dumnezeu”⁶⁶.

Era un om simplu, care te cuprindea în iubirea lui, și știa să te facă să te simți asumat în totalitate și niciodată judecat. „Dar lucrul cel mai important era că se ruga pentru tine, se ruga cu tine și lângă el învățai cum să te rogi în duh și în adevăr. S-ar putea chiar spune că era el însuși o adevărată școală a rugăciunii”⁶⁷.

Odată ce intrai în grija sfinției sale și erai preluat în rugăciunile lui, aveai certitudinea că ești salvat, chiar dacă acest lucru avea să se întâmple în ultimul ceas. Îndemna mereu lumea la trăire și făptuire. De aceea, rostea adesea același cuvânt de mai multe ori, explicând că folosește repetiția din cauza neputinței noastre de a pune în practică cele despre care el a vorbit⁶⁸.

Vlădica Antonie, prin însăși prezența lui, răspândea multă blândețe și pace, și vorbea omului cu un cuvânt viu. Acesta își afla izvorul în experiența proprie, în trăirea și înțelegerea profundă atât a realităților spirituale, cât și pe cele ale lumii. Tot ceea ce îi învăța pe ucenicii lui, mai întâi pune el în practică⁶⁹.

⁶⁶ Monahia Anastasia, *Întâmpinare către cititor*, în Mitropolit Antonie de Suroj, *Viața, boala, moartea*, traducere de Monahia Anastasia (Igiroșanu), Editura Sfântul Siluan, Slatina-Nera, 2010, pp. 16-17.

⁶⁷ Idem, *Am întâlnit o lumină pe cale*, p. 6.

⁶⁸ Idem, *Întâmpinare către cititor*, în Mitropolit Antonie de Suroj, *Făcând din viață rugăciune*, traducere de Monahia Anastasia Igiroșanu, Editura Sophia, București, 2014, p. 6.

⁶⁹ Idem, *Purtarea de grijă față de suflete, călăuzire către Împărăție. Cuvânt de mărturie*, în Mitropolitului Antonie de Suroj, *Adierea Duhului. Purtarea de grijă față de suflete*, p.10.

Mitropolitul dobândise pacea de la Dumnezeu și o revărsa, cu generozitate, la rândul său, asupra tuturor celor pe care îi întâlnea, în egală măsură atât celor credincioși, cât și celor necredincioși, trezind în sufletele lor dorul de a dobândi ei înșiși această binecuvântare. „Cum putem să ne deschidem inimile ca să primim această pace? Cum putem face pace cu noi înșine, cu aproapele, cu Dumnezeu?” Aceasta era una din preocupările sale, în relația cu aproapele⁷⁰.

Viața lui a fost un model pentru cei care au avut privilegiul de a-l întâlni. Mulți s-au bucurat de invitația de a învăța de la însăși persoana lui arta punerii în lucrare și trăirii cuvântului, el fiind înrădăcinat în rugăciunea cea vie. Consideră că viața fără rugăciune este lipsită de sens și astfel „devine o realitate golită de menirea ei”⁷¹.

„Mi-e foarte greu să descriu în cuvinte felul cum se desfășura o Sfântă Liturghie slujită de Vlădica Antonie. Pot doar spune că timpul Sfintei Liturghii era un timp al ieșirii din timp, când cu adevărat uitam de grijile acestei lumi, în vreme ce sufletul trăia bucuria învierii”. Cuvântul cel mai potrivit pentru a descrie modul în care slujea Vlădica Antonie era sărbătoare. Cu un glas cald și rugător, rostea cântările și rugăciunile, rar și adunat, iar acest lucru te ajuta să te aduni la rândul tău, puteai într-o astfel de atmosferă în care erai atras să aduci jertfa inimii tale la Sfânta Liturghie⁷².

Iubirea aproapelui era centrul de meditație creștină pe care îl propunea creștinilor pe care îi păstora. Era un om al lui Dumnezeu, un adevărat părinte jertfelnic. Preocupat de cercetarea rănilor adânci ale sufletului necăjit, împovărat de păcate și deznădăjduit, reușea, prin prezența lui și prin cuvinte ziditoare sau printr-o povestioară desprinsă din experiența sa proprie, să redea bucuria și nădejdea pe chipurile celor care veneau să-i ceară ajutorul⁷³.

Printre aceștia, se aflau și oamenii străzii, care nu ezitau să bată la ușa sa, pe când locuia în casa parohială, și erau primiți cu o masă caldă, cu un cuvânt bun și un loc de odihnă peste noapte. Din acest motiv, uneori el nu mai avea unde să-și plece capul⁷⁴.

Taina Spovedaniei era una din temele ce îl preocupau în mod deosebit pe Vlădica Antonie, deoarece era conștient că, într-o societate secularizată și desacralizată, lipsită de modele, creștinii zilelor noastre aveau mare nevoie de povățuitori, care să-i poată îndruma pe

⁷⁰ Idem, *În căutarea păcii cu Dumnezeu, cu aproapele și cu noi înșine*, în Mitropolit Antonie de Suroj, *Taina iertării. Taina tămăduirii*, p. 13.

⁷¹ Idem, *Întâmpinare către cititor*, în Mitropolit Antonie de Suroj, *Făcând din viață rugăciune*, p. 7.

⁷² Idem, *Am întâlnit o lumină pe cale*, pp. 7-8.

⁷³ Idem, *Întâmpinare către cititor*, în Mitropolit Antonie de Suroj, *Viața, boala, moartea*, p. 15.

⁷⁴ Idem, *Întâmpinare către cititor*, în Mitropolit Antonie de Suroj, *Făcând din viață rugăciune*, p. 6.

calea mântuirii, să le poată astâmpăra foamea și setea sufletească de cunoaștere și de trăire în Adevăr⁷⁵.

Când veneai la spovedanie, Vlădica Antonie te asculta atent cu o prezență tăcută, caldă și iubitoare, în care te accepta așa cum erai, fără urmă de judecată, iar la final, răspunsul său la problemele tale avea un efect tămăduitor. O întrevedere cu Vlădica, care dura în jur de o oră, cel mult o oră și jumătate, însemna un timp binecuvântat, în care toată atenția și dragostea sa părintească se îndrepta spre tine, erai singurul om care conta pentru el în acel moment⁷⁶.

„De această iubire necondiționată aveau parte toți cei care se spovedeau la Vlădica Antonie. Cu binecuvântată dăruire de sine și cu multă blândețe, el îl asculta pe fiecare până la sfârșit, coborând, dacă era nevoie împreună cu acesta până în adâncul ființei sale, până în iadul sufletului său”. Apoi, călăuzit de cuvintele sale pline de înțelepciune și de har, erai însoțit pe drumul de întoarcere. Din întuneric, erai ridicat la lumină, din starea de moarte sufletească erai adus la înviere, așa încât după ce plecai de la el erai înnoit prin lucrarea Duhului Sfânt⁷⁷.

Întrebările pe care le adresa destul de frecvent în decursul cuvântărilor sale erau: „Cum suntem și cine suntem, ce putem spune despre noi înșine în relație cu condiția noastră de creștini în ziua de astăzi, aici și acum? Cum să devenim săvârșitori, lucrători, împlinitori ai poruncilor Domnului, în lumea de azi?”⁷⁸.

Simțea, după cum vedem, că între realitatea învățăturilor cuprinse în Sfânta Scriptură și realitatea în care trăiau oamenii de azi era o prăpastie, un zid existențial, pe care Vlădica Antonie îl depășise. De aceea, s-a străduit să-i facă pe ucenicii lui și de ce nu și pe noi cei de azi, care ne abatem din iureșul vieții în care trăim și aruncăm un ochi peste învățăturile lui, să conștientizăm că în materie de credință, nu există un atunci și un acum. Sfânta Scriptură este mereu actuală, doar mijloacele și contextul în care ea poate fi împlinită sunt diferite.

„Se cuvine să mulțumim Domnului pentru binecuvântarea și marea bucurie de a-l fi întâlnit pe cel care ni s-a dăruit pe sine ca o jertfă vie și care ne-a binecuvântat în atât de multe feluri... Cu recunoștință și rugăciuni, monahia Anastasia”⁷⁹.

⁷⁵ Idem, *Purtarea de grijă față de suflete, călăuzire către Împărăție. Cuvânt de mărturie*, p. 10.

⁷⁶ Idem, *Am întâlnit o lumină pe cale*, pp. 8-9.

⁷⁷ Idem, *În căutarea păcii cu Dumnezeu, cu aproapele și cu noi înșine*, pp. 13-14.

⁷⁸ Idem, *Cuvânt înainte*, în Mitropolitul Antonie de Suroj, *Doamne, fii cu noi!*, traducere de monahia Anastasia Igiroșanu, Editura Sophia, București, 2016, p. 7.

⁷⁹ Idem, *Am întâlnit o lumină pe cale*, p. 9.

I.3.2. Mitropolitul Kallistos Ware

Kallistos Ware, a cărui convertire a avut loc ceva mai târziu, deoarece, până la vârsta de 23 de ani, nu a cunoscut Ortodoxia, este numit de Patriarhia de Constantinopol mitropolit de Diocleia. Timp de 30 de ani, începând cu anul 1966, a ținut cursul de Ortodoxie Răsăriteană, la Universitatea din Oxford. Îl întâlnește prima oară pe Vlădica Antonie în anul 1955, în cadrul unei conferințe a Frăției Alban și Sfântul Serghie, ce se ocupa cu stabilirea legăturilor dintre Răsărit și Apus. Vlădica era un membru activ al acestei frății. Perioada anilor '70 a fost cea în care cei doi s-au văzut mai des, discutând, lucrând și participând împreună la Sfintele Slujbe⁸⁰.

Kallistos Ware a fost pentru un timp unul din fiii duhovnicești ai Vlădicăi Antonie. Omul academic de catedră, în persoana Mitropolitului Kallistos Ware, se întâlnește într-o relație deosebită fiu-părinte duhovnicesc, cu un om al rugăciunii, a cărui abordare purta pecetea persoanei. Între cugetările celor doi, un loc aparte l-a ocupat rugăciunea. Își amintește legat de aceasta, unul din sfaturile pe care le-a primit de la Vlădica Antonie: „nu trebuie să ne temem, ci să fim noi înșine. Să nu îngădui altuia să aibă putere de influență asupra ta, să te cunoști bine pe tine însuși”⁸¹.

Mărturisirea că, pentru Antonie Bloom, viața creștină însemna întâlnirea reală și personală cu Dumnezeu față către față, dincolo de rânduieșile ce le impune trăirea vieții ortodoxe. Se remarcă prin puterea cuvântului rostit, el nescriind cărți: „Eu nu cred să se fi așezat Vlădica vreodată la masa de scris și să înceapă să scrie o carte. Tot ce s-a editat apoi sunt de fapt transcrieri ale predicilor lui”⁸².

Avea un dar deosebit de a vorbi mulțimilor de oameni și fiecare simțea că i se adresează lui, în mod personal. Prin intermediul conferințelor și a aparițiilor sale în cadrul emisiunilor la televiziune și radio, Vlădica Antonie a fost omul care a deschis porțile Ortodoxiei pentru mulți britanici, pe care i-a atras la Ortodoxie⁸³.

Era un om simplu și modest în toate împrejurările, și nu lăsa cu nimic să se întrevadă măreția funcției pe care o avea, împotrivindu-se riscului ca rangul să devină un paravan în slujirea preoțească deoarece considera că nu cele exterioare, care se văd la suprafață, contează, ci lăuntru cel tainic al omului. Deși a fost nevoit să trăiască departe de ținutul natal

⁸⁰ Evgheni Tugarinov, *Interviu cu Mitropolitul Kallistos Ware*, în *Viața Mitropolitului Antonie de Suroj*, p. 113.

⁸¹ *Ibidem*, p. 115.

⁸² *Ibidem*.

⁸³ *Ibidem*, p. 117.

și să învețe alte limbi străine, precum franceza, engleza pentru a se putea descurca, totuși Mitropolitul Antonie a rămas rus până în adâncul sufletului său⁸⁴.

I.3.3. Protoiereul Maxim Nicolski

Slujitor al Catedralei Adormirii Maicii Domnului din Londra, s-a bucurat de binecuvântarea de a fi cununat de Vlădica Antonie, care apoi l-a și hirotonit. Cunoscându-l îndeaproape pe Mitropolit, spunea că a fost un om cu totul aparte. Cel mai adânc gând era capabil să-l exprime pe înțelesul tuturor în cele mai simple cuvinte, și acest lucru era un dar primit de la Dumnezeu. „Mare om a fost el! Vin englezii în biserică uneori și ne întreabă când o să fie canonizat”. Atrăgea lumea prin cuvântul său viu, prin cultură, prin faptul că niciodată nu făcea diferență între oameni, fiecare bucurându-se de aceeași cinste iar atunci când vorbea cu cineva nimic nu mai încăpea între ei. A fost numit de oameni „Apostolul Iubirii”⁸⁵.

Săracii și vagabonzii au ajuns să-l respecte și să se bucure de prezența lui. Acest lucru se întâmpla în anii tinereții mitropolitului, când mergea pe jos prin oraș și atunci când aceștia îl vedeau spuneau: „Uite că trece uncheșul ăsta cu barbă și nu se teme de nimic!” și Vlădica oprindu-se și vorbind cu ei, aceștia cu bucurie ziceau: „O e de-al nostru!”. Unii dintre ei chiar au aflat drumul spre biserică și calea spre credință în Hristos de care sufletul lor era însetat⁸⁶.

Mitropolitul Antonie a fost un om modest, și adesea se întâmpla să-l caute lumea și după ce sunau la ușa lui, el deschidea. „În ușă vizitatorii vedeau un bătrânel în dulamă roasă și cu sandale pe piciorul gol. Oamenii socoteau: portarul! «Am venit să discutăm cu Mitropolitul Antonie». «Da? Ce anume?» «Asta nu e treaba ta, tu cheamă-l pe mitropolit!» «Păi eu sunt!» Și uimiți îl priveau din cap până în picioare: dulamă peticită, picioarele goale. «Oh iertați!»“. Apoi erau invitați înăuntru la discuții⁸⁷.

Nu a avut niciodată mașină personală, iar la cumpărături mergea singur. Modestia lui era un alt lucru care-i făcea pe oameni să se apropie de el. Puteai vorbi deschis cu Vlădica Antonie despre orice subiect și aveai întotdeauna certitudinea că ești ascultat cu maximă atenție. Avea un cuvânt de folos pentru fiecare. Cu toate acestea, era un om ca toți oamenii, cu slăbiciuni, calități și defecte. Uneori se mânia, dar nu ținea mult această stare pentru că, în scurt timp, venea și se împăca cu cel aflat în conflict. Avea obiceiul, vara, de a pleca din

⁸⁴ *Ibidem*, pp. 122-123.

⁸⁵ D. Rozov, *Interviu cu Protoiereul Maxim Nicolski*, în *Viața Mitropolitului Antonie de Suroj*, pp. 156-159.

⁸⁶ *Ibidem*, p. 160.

⁸⁷ *Ibidem*, pp. 163-164.

Londra câteva zile, undeva singur, fără să știe nimeni unde se duce, pentru a petrece un timp de rugăciune în liniște, neîntrerupt de nimeni. Era doar el și Dumnezeu față către față⁸⁸.

Acestea au fost câteva cuvinte desprinse din realitatea vieții Mitropolitului Antonie, pe care Protoiereul Maxim le-a oferit în cadrul unui interviu realizat în iulie 2011.

⁸⁸ *Ibidem*, pp. 161-162.

II. Despre rugăciune

II.1. Rugăciunea, cale de dialog între om și Dumnezeu

Mergând pe firul evenimentelor cuprinse în cadrul Sfintei Scripturi, vedem că primii oameni, Adam și Eva, s-au bucurat de o anumită stare de desăvârșire a ființei lor, oferită de Dumnezeu, prin creație, fiind alcătuiți după chipul și asemănarea Lui: „Și a zis Dumnezeu: Să facem om după chipul și după asemănarea Noastră...” (Facere 1, 26).

Părintele profesor Dumitru Stăniloae ne spune că, prin intermediul chipului, noi ne-am înrudit și am dobândit o relație specială cu Dumnezeu: „Omul e după chipul lui Dumnezeu, pentru că având un suflet înrudit cu Dumnezeu, tinde spre Dumnezeu”⁸⁹.

Arhimandritul Zaharia Zaharou spune că tocmai această înrudire a omului cu Dumnezeu după chip și asemănare, face ca rugăciunea să aibă sens în viața omului, pentru că altfel ea ar fi „practic de neatin”⁹⁰.

Așezat în grădina Raiului, omul, de la început, dialoga, comunica și vedea pe Dumnezeu, și avea menirea de a se îndumnezei și hrăni veșnic din harul lui Dumnezeu prin ascultare și voință liberă. „Îndumnezeirea însemna desăvârșirea și deplina pătrundere a omului de Dumnezeu”⁹¹.

Acest lucru, după cum ne învață Georgios Patronos, Profesor la Facultatea de Teologie a Universității din Atena, este posibil deoarece „de sus se dă atât posibilitatea, cât și harul ca omul să ajungă la îndumnezeire, este rândul omului acum să pună la bătaie voința proprie, astfel încât prin acceptarea liberă a împreună-lucrării cu Dumnezeu să-și activeze posibilitatea îndumnezeirii”⁹².

Urmează, după cum bine știm, episodul căderii lui Adam și Eva și a izgonirii lor din Rai, din cauza păcatului neascultării și a gestionării greșite a libertății cu care au fost înzestrați. S-a produs, astfel, o ruptură și o alterare a comuniunii și legăturii dintre om și Dumnezeu. Acesta tânjește acum după bucuria, liniștea, pacea, îndestularea Raiului și-și plânge căderea și dorul după Dumnezeu. Toate acestea sunt expresii primare ale rugăciunii.

⁸⁹ Pr. prof. dr. Dumitru Stăniloae, *Teologia Dogmatică Ortodoxă, Vol. I*, Editura I.B.M.B.O.R, București, 2010, p. 407.

⁹⁰ Arhimandritul Zaharia Zaharou, *Omul cel Tainic al inimii*, traducere de Monahia Tecla, Editura Basilica, București, 2014, p. 98.

⁹¹ Pr. prof. dr. Dumitru Stăniloae, *Ascetica și mistica Bisericii Ortodoxe*, Editura I.B.M.B.O.R, București, 2002, p. 425.

⁹² Georgios Patronos, *Îndumnezeirea omului*, traducere de Lect. dr. Sabin Preda, Editura Bizantină, București, 2012, p. 54.

„Este firesc ca omul să înseteze după Domnul, căci El este izvorul și cauza ființării omului și Făcătorul său”, spune Arhimandritul Zaharia Zaharou, pentru că doar prezența lui Dumnezeu „de-viață-dătătoare” îl desfăta în Rai⁹³.

Tot el afirmă faptul că „rugăciunea nu este o însușire firească a omului căzut”, motiv pentru care avem poruncă de a ne ruga. Dumnezeu ne poruncește să facem lucrurile cele mai presus de fire și nu cele firești: „Nu avem poruncă să dormim, să bem, să mâncăm - acestea sunt lucruri firești - ci avem poruncă să ne rugăm”⁹⁴ pentru că rugăciunea în lucrarea ei este un act „mai presus de firea” lumii în care trăim. Rugăciunii i se împotrivesc „tot ce este al firii” lumea în toate planurile firești ale existenței ei⁹⁵.

Am prezentat acest istoric al omului ca să arăt că, de fapt, rugăciunea face parte din constituția omului. Ea este un mod prin care el dialoghează cu Dumnezeu, e un mijloc de comunicare.

Sfântul Ioan de Kronstadt, vorbind despre slăbiciunea și greutatea omului de a se ruga ca urmare a acestei căderi despre care am vorbit, spunea că omului: „îi vine greu să se unească cu Dumnezeu, iar atunci când reușește să o facă, cade adeseori de la Dumnezeu. Îi este greu să creadă sincer în Dumnezeu și în toate câte El i le-a descoperit”⁹⁶.

Suspinul omului după Raiul pierdut este o rugăciune, plânsul său este o rugăciune cu lacrimi, strigătul după ajutor adresat lui Dumnezeu de care se despărțise nu este altceva decât ceea ce numim noi azi rugăciunea de cerere.

Cuviosul Paisie Aghioritul spunea că rugăciunea este „cea mai mare posibilitate pe care ne-a dat-o Dumnezeu să comunicăm cu El, să-I cerem ajutorul”⁹⁷. Dumnezeu fiind un Părinte iubitor ar trebui să așteptăm cu nerăbdare „să vină vremea rugăciunii și să nu ne mai săturăm să vorbim cu El”⁹⁸.

Vedem limpede că rugăciunea este vorbire cu Dumnezeu și este indispensabilă omului pentru că poartă în el pecetea dumnezeirii. Cu toate că omul a preferat, la un moment dat, creația în loc să rămână fidel Creatorului, Dumnezeu nu și-a întors definitiv fața de la el.

Jean-Claude Larchet spune, în acest sens, că Dumnezeu nu încetează să-și reverse harul Său asupra oamenilor, dar nici nu-i silește în nici un fel ca să-l primească, deoarece le

⁹³ Arhimandritul Zaharia Zaharou, *Omul cel Tainic al inimii*, p. 98.

⁹⁴ Idem, *Lărgiți și voi inimile voastre!*, traducere de monahia Mariam Vicol, Editura Reîntregirea, Alba Iulia, 2015, pp. 156-157.

⁹⁵ Idem, *Taina vieții creștine*, traducere de ierom. Rafail (Noica), Editura Accent Print, Suceava, 2014, p. 107.

⁹⁶ Sfântul Ioan de Kronstadt, *Viața mea în Hristos*, traducere de Boris Buzilă, Editura Sophia, București, 2005, p. 26.

⁹⁷ Cuviosul Paisie Aghioritul, *Despre Rugăciune*, traducere de Ieroschim. Ștefan Nuțescu, în colecția „Cuvinte Duhovnicești”, vol. VI, Editura Evanghelistos, București, 2013, p. 5.

⁹⁸ *Ibidem*, p. 20.

respectă libertatea. În marea Lui milostivire, așteaptă ca omul să-i ceară harul Său și rugăciunea este modul în care el, în chip liber și conștient poate realiza acest lucru. Dumnezeu îi ascultă rugăciunea și-i oferă harul Său⁹⁹.

Important este să precizăm faptul că „nu-L descoperă omul pe Dumnezeu, ci Dumnezeu se descoperă, Se revelează omului”¹⁰⁰, deoarece inițiativa vine din partea lui Dumnezeu și nu din partea omului. Dumnezeu i se descoperă din dragoste și-i oferă harul său doar dacă vrea în mod liber.

Întreg Vechiul Testament este mărturie a faptului că omul a păstrat legătura, dialogul și comunicarea cu Dumnezeu, prin intermediul rugăciunii, așa încât mă voi opri spre exemplificare doar la câteva dintre ele. Psalmistul David, căruia îi datorăm azi existența Psaltirii se ruga lui Dumnezeu spunând: „Miluiește-mă Dumnezeule după mare mila Ta...” (Psalmi 50, 1); „Dumnezeul meu, pe Tine Te caut dis-de-dimineată...” (Psalmi 62, 1); „La miezul nopții m-am sculat ca să Te laud pe Tine...” (Psalmi 118, 62); „Lăudați pe Domnul, că este bun Domnul...” (Psalmi 134, 3); „Doamne auzi rugăciunea mea, ascultă cererea mea...” (Psalmi 142, 1). Acestea sunt doar câteva frânturi din rugăciunile Regelui David de unde vedem că Dumnezeu era prezent în viața omului tot timpul, de dimineată și până seara și în orice împrejurare, în necaz sau în bucurie.

Părintele Ilie Cleopa spunea că acestea sunt mărturii ale Sfintei Scripturi, care „ne vorbesc despre rugăciunea gurii sau a glasului”. El este și cel care a vorbit despre rugăciune, prezentând-o în mai multe trepte, aceasta fiind cea dintâi și cea mai de jos pentru că pomenirea lui Dumnezeu se realizează doar cu limba și cu gura, iar inima este departe de Dumnezeu, după cum spune și proorocul: „Aproape este de Mine poporul acesta, cu gura sa și cu buzele sale Mă cinstește, iar cu inima lor departe sunt de Mine” (Isaia 29, 13)¹⁰¹.

Gheron Iosif, într-un cuvânt către un tânăr care era interesat de rugăciune, îi spune că: „Oriunde te-ai afla, spune fără încetare rugăciunea, cu gura și cu mintea”¹⁰². Mintea este cea care preia săvârșirea rugăciunii, după ce gura obosește.

Rugăciunea de pocăință a Regelui Manase, cu care se încheie Vechiul Testament, este o altă mărturie a prezenței rugăciunii în viața omului: „am păcătuit și fărădelegile mele eu le cunosc...Însă cer, rugându-Te: Iartă-mă Doamne, iartă-mă și nu mă pierde în fărădelegile

⁹⁹ Jean-Claude Larchet, *Terapeutică bolilor spirituale*, traducere de Marinela Bojin, Editura Sophia, București, 2006, p. 303.

¹⁰⁰ Protopresbiter Stefanos Anagnostopoulos, *Rugăciunea în lume*, traducere de Preot Constantin Coman și Garoafa Coman, Editura Bizantină, București, 2009, p. 37.

¹⁰¹ Arhimandrit Cleopa Ilie, *Urcuș spre Înviere. Predici duhovnicești*, ediția a II-a, Editura Trinitas, Iași, 1999, p. 161.

¹⁰² Gheron Iosif, *Mărturii din viața monahală*, ediția a 2-a, traducere de Pr. Prof. Dr. Constantin Coman, Editura Bizantină, București, 2003, pp. 26-27.

mele” (Manase 1, 12-13). Făcând trecerea în Noul Testament unde revelația lui Dumnezeu se împlinește odată cu întruparea Fiului Său, omul vede din nou chipul lui Dumnezeu. Această realitate istorică are o însemnătate deosebită pentru omenire. Rugăciunile atâtor generații de oameni și așteptarea venirii Răscumpărătorului profețit acum se împlinesc.

Părintele Profesor Dumitru Stăniloae spune că: „prin întrupare, Fiul lui Dumnezeu S-a arătat ca lumină deplină omului, arătându-l capabil să fie făcut fiu al lui Dumnezeu și frate al Său, și în stare să se înalțe, prin Duhul Sfânt al Fiului, la viața neînchisă în lumea aceasta”¹⁰³.

Ca și Vechiul Testament, Noul Testament este o bogată sursă de inspirație în ceea ce privește rugăciunea. De exemplu, după ce satură cinci mii de bărbați afară de femei și de copii, Hristos „S-a suit în munte, ca să Se roage singur” (Matei 14, 23). În alt loc vedem cum sunt aduși copiii la Iisus „ca să-Și pună mâinile peste ei și să Se roage.” (Matei 19, 13), aflându-se în grădina Ghetsimani, cu puțin timp înaintea Sfintelor Sale Pătimiri, cuprins de slăbiciunile firii umane pe care le-a asumat prin Întrupare se roagă Tatălui: „Părintele Meu, de este cu putință, treacă de la Mine paharul acesta!” (Matei 26, 39), apoi găsind pe ucenici dormind se adresează lor spunându-le: „Privegheați și vă rugați, ca să nu intrați în ispită. Căci duhul este osârduitor, dar trupul este neputincios” (Matei 26, 41). Hristos ne atrage atenția că, din pricina slăbiciunii trupesti, putem aluneca în ispite, iar leacul prin care ne putem feri de ele este privegherea și rugăciunea.

Sfântul Teofilact al Bulgariei, referindu-se la cuvintele „să nu intrați în ispită”, rostite de Mântuitorul, spune că unii tâlcuitori nu văd în aceasta o poruncă dată de Dumnezeu ca să nu fim ispitiți, pentru că ispitele sunt de folos pentru urcușul duhovnicesc al omului „ci să nu fim biruiți și înghițiți de ispită”. Acesta este motivul pentru care Dumnezeu ne îndeamnă la rugăciune¹⁰⁴.

Hristos Se roagă și atunci când vine la Sfântul Ioan Botezătorul pentru a fi botezat, și se coboară peste El Duhul Sfânt: „Și după ce s-a botezat tot poporul, botezându-Se și Iisus și rugându-Se, s-a deschis cerul, și S-a coborât Duhul Sfânt peste El” (Luca 3, 21). Hristos ne îndeamnă și pe noi să ne rugăm, și ne învață cum să ne rugăm: „Iar când vă rugați, nu fiți ca fățarnicii... Tu însă, când te rogi, intră în cămara ta și închizând ușa, roagă-te Tatălui tău, Care este în ascuns, și Tatăl tău, Care vede în ascuns, îți va răsplăti ție. Când vă rugați, nu spuneți multe ca neamurile... voi așa să vă rugați: Tatăl nostru, Care ești în ceruri, sfințească-se

¹⁰³ Pr. Prof. Dr. Dumitru Stăniloae, *Iisus Hristos lumina lumii și îndumnezeitorul omului*, Editura Basilica a Patriarhiei Române, București, 2014, p. 60.

¹⁰⁴ Sfântul Teofilact Arhiepiscopul Bulgariei, *Tâlcuirea Sfintei Evanghelii de la Matei*, ediție îngrijită de R. Sineanu și L.S. Desartovici, Editura Sophia, București, 2007, p. 397.

numele Tău...;” (Matei 6, 5-9). Mântuitorul ne asigură că orice rugăciune este ascultată și răsplătită „și toate câte veți cere, rugându-vă cu credință, veți primi” (Matei 21, 22).

Jean-Claude Larchet justifică acest lucru prin faptul că harul este deja prezent în noi și de aceea el se face lucrător și împlinitor al rugăciunilor noastre, iar dacă se întâmplă să nu primim ceea ce cerem prin rugăciune este fie pentru că nu ne rugăm cu credință (Matei 21, 22), fie pentru că nu cerem bine ceea ce cerem prin rugăciune (Iacov 4, 3)¹⁰⁵.

Părintele Porfirie spunea adesea foarte frumos că „rugăciunea este maica tuturor bunătăților” și dacă este făcută cu smerenie și iubire față de Dumnezeu, atunci El „ne-o ascultă”.¹⁰⁶ Cine iubește pe Dumnezeu, spune Sfântul Siluan Athonitul, își aduce mereu aminte de El și această aducere aminte de Dumnezeu „naște rugăciunea”¹⁰⁷.

Când vindecă pe tânărul lunatic posedat de duhul cel necurat și ucenicii Îl întreabă pe Iisus de ce ei nu au reușit să-l alunge „El le-a zis: Acest neam de demoni cu nimic nu poate ieși decât numai cu rugăciune și cu post.” (Marcu 9, 29). Rugăciunea însoțită de post are putere vindecătoare, tămăduitoare și izgonitoare de duhurile cele rele care pot să ne stăpânească din pricina păcatelor pe care le săvârșim.

Sfântul Ioan Gură de Aur afirmă că: „Puternică este arma rugăciunii; ea este comoară nefurată, bogăție necheltuită, liman neînviforat, pricinuitoare a liniștii, rădăcină, izvor și mamă a multe bunătăți”¹⁰⁸.

Omul înzestrat cu voință liberă, adesea alege să trăiască departe de Dumnezeu, sau într-o stare de nepăsare față de El și astfel devine o pradă ușoară păcatelor, care, odată statornicite în el, se transformă în patimi. Totuși, Hristos nu are de pierdut pe nimeni și nu vrea moartea păcătosului, ci vindecarea lui. Astfel, oricine se poate întoarce din rătăcirea lui prin pocăință și rugăciune, care au putere asupra sufletului, deoarece în acestea există o lucrare puternică a harului.

Sfântul Ioan Gură de Aur spune, în acest sens că: „Puterea rugăciunii a atins puterea focului, a potolit furia leilor, a curmat ocările, a deschis porțile cerești, a rupt lanțurile morții, a izgonit bolile, a respins atacurile, a scăpat cetățile de la cutremur, a întors loviturile trimise de sus, a biruit atacurile pregătite de oameni și în general orice fel de nenorocire”¹⁰⁹.

¹⁰⁵ Jean-Claude Larchet, *Terapeutică bolilor spirituale*, p. 303.

¹⁰⁶ Părintele Porfirie, *Antologie de sfaturi și îndrumări*, traducere de Prof. drd. Sorina Munteanu, Editura Bunavestire, Bacău, 2005, p. 351.

¹⁰⁷ Sfântul Siluan Athonitul, *Cuvânt pentru rugăciune*, în Arhimandritul Sofronie, *Cuviosul Siluan Athonitul*, traducere de Ierom. Rafail (Noica), Editura Accent Print, Suceava, 2013, p. 306.

¹⁰⁸ Arhimandrit Dosoftei Morariu, *Sfântul Serafim de Sarov. Viața, nevoințele și învățăturile*, ediția a II-a, Editura Mănăstirea Sihăstria, Vânători, 2004, p. 380.

¹⁰⁹ *Despre rugăciune și trezvie în învățăturile Sfinților Părinți*, traducere de Cristea Florentina, Editura Egumenița, Galați, 2005, p. 46.

Zaharia Zaharou spune că diavolul știe cât de mare este puterea răscumpărătoare a rugăciunii, el dorind „ca toți oamenii să fie părtași sortii lui”. De aceea face tot posibilul ca să ne împiedice de la rugăciune, să ne fure timpul, să ne insufle chiar preocupări mari legate de știință sau noutăți din domeniul tehnologiei, numai să nu vorbim cu Dumnezeu, să nu ne gândim la El, zădărniciind astfel legătura noastră personală cu Dumnezeu. De aceea suntem datori a răscumpăra vremea și rugăciunea poate fi un mijloc prin care acest lucru poate fi realizat¹¹⁰.

Jean-Claude Larchet, cu privire la rugăciunea ca putere vindecătoare, afirmă faptul că rugăciunea fiind cea prin care harul se statornicește în om, este prin aceasta pricinuitoarea vindecării și tămăduirii omului¹¹¹.

Despre această lucrare a harului, Sfântului Grigorie Sinaitul ne spune că „este puterea focului Duhului, care se mișcă întru bucuria și veselia inimii, spiijinind, încălzind și curățind sufletul”¹¹², și ne îndeamnă totodată să ne sârguim, să avem în inimă doar lucrarea rugăciunii. Aceasta are ca efect încălzirea minții umplând-o de veselie, și aprinderea sufletului spre dragostea negrăită a lui Dumnezeu și a oamenilor¹¹³.

„Dă voință și primești putere”¹¹⁴, este îndemnul Părinților adresat celor care vor să trăiască după legea lui Dumnezeu și să se angajeze în lucrarea rugăciunii. Mântuitorul spune: „fără Mine nu puteți face nimic” (Ioan 15, 5). Însă este important, totuși, să vedem, cu privire la acest cuvânt, ce anume din cele pe care totuși orice om le săvârșește nu le poate împlini fără ajutorul lui Dumnezeu.

Arhimandritul Serafim Alexiev spune, în acest sens, că Dumnezeu a rânduit lumea aceasta astfel încât cele necesare pentru existența vieții acesteia de aici, să fie oferite tuturor și fără ca cineva să se roage. De dragostea, bunătatea și îndurarea lui Dumnezeu se bucură în fiecare zi „și cei care se roagă, și cei care nu se roagă” după cuvântul Sfântului Evanghelist Matei care spune că Dumnezeu „face să răsară soarele și peste cei răi și peste cei buni și trimite ploaie peste cei dreپți și peste cei nedreپți” (Matei 5, 45). Acestea se petrec în acest mod doar cu privire la darurile cele materiale de care omul se folosește după bunul său plac însă „nu tot așa se întâmplă și cu cele duhovnicești”¹¹⁵.

¹¹⁰ Arhimandritul Zaharia Zaharou, *Răscumpărând vremea*, traducere de Pr. Florin-Cătălin Ghiț, monahia Mariam Vicol și Monahia Tecla, Editura Renașterea, Cluj-Napoca, 2014, pp. 52-53.

¹¹¹ Jean-Claude Larchet, *Terapeutică bolilor spirituale*, p. 304.

¹¹² Sfântului Grigorie Sinaitul, *Despre felul cum poate fi aflată lucrarea*, traducere de Pr. Prof. dr. Dumitru Stăniloae, în „Filocalia Românească”, volumul 7, Editura I.B.M.O., București, 2013, p. 198.

¹¹³ *Ibidem*, p. 195.

¹¹⁴ *Cuvinte folositoare ale sfinților bătrâni cei fără de nume*, Editura Doxologia, Iași, 2009, p. 268.

¹¹⁵ Arhimandritul Serafim Alexiev, *Meșteșugul rugăciunii*, traducere de Gheorghică Ciocioi, Editura Sophia, București, 2015, pp. 126-127.

Darurile vieții duhovnicești ale omului nu se dau în mod gratuit, ci doar celui care cere, care bate la ușa milei lui Dumnezeu, care se roagă cu credință și cu dragoste, și stăruie în săvârșirea faptelor bune. Dumnezeu oferă, în dar, omului viața biologică, însă lui îi rămâne datoria să o întrețină și să se străduiască să câștige viața cea veșnică. Așa cum trupul nu poate să trăiască fără hrană și apă, tot așa nici sufletul nu poate să fie viu fără rugăciune. Însetează și înfometează sufletul după rugăciune pentru că ea este hrana lui.

Din convorbirea Sfântului Serafim de Sarov cu Motovilov, aflăm că rugăciunea, postul, privegherea sau faptele cele bune, nu reprezintă ținta noastră ultimă, ci ele sunt doar mijloace prin care putem atinge adevăratul scop al vieții creștine, care constă în „dobândirea Duhului Sfânt a lui Dumnezeu”¹¹⁶.

Un alt lucru important, în ceea ce privește săvârșirea rugăciunii, îl reprezintă timpul. Timpul rugăciunii este acum, și se încadrează ca și lucrare într-o stare de prezență continuă. Hristos se adresează ucenicilor, spunându-le: „Rugați-vă neîncetat.” (I Tesaloniceni 5, 17), ceea ce înseamnă că rugăciunea este indispensabilă omului, îi este necesară în tot timpul. În acest sens, Sfântul Vasile cel Mare ne îndeamnă ca „toată viața să fie un timp de rugăciune”¹¹⁷.

Un bătrân al pustiei a zis despre timpul pentru rugăciune că cel care stă la rugăciune, numai atunci când se roagă „unul ca acest nicidecum nu se roagă”¹¹⁸. Iar Părintele Arsenie Papacioc spunea că „orice clipă înseamnă un timp și orice suspinare poate fi o rugăciune”¹¹⁹. Sfântul Porfirie Kavsokalivitul lămurește problema timpului rugăciunii, spunând că nu are importanță durata ei, ci „încordarea”, dragostea, dorul de Dumnezeu, rugăciunea să fie „cu mintea concentrată”¹²⁰.

În mod ideal vorbind, toată viața creștinului ar trebui să fie împletită cu rugăciunea. Sfântul Grigorie Teologul spune, în acest sens: „Amintește-ți de Dumnezeu mai des decât respiri”¹²¹.

Sfântul Ioan Scărarul ne oferă o frumoasă definiție a rugăciuni:

„Rugăciunea, după felul ei, este petrecerea și unirea omului cu Dumnezeu, iar după lucrare, ea este întărire a lumii, împăcare cu Dumnezeu, maica și totodată fiica lacrimilor, ispășire a păcatelor, pod pentru trecerea ispitelor, zid care ne apără de necazuri, sfârâmăre a

¹¹⁶ Arhimandrit Dosoftei Morariu, *Sfântul Serafim de Sarov*, p. 327.

¹¹⁷ *Despre rugăciune și trezvie în învățăturile Sfinților Părinți*, p. 11.

¹¹⁸ *Cuvinte folositoare ale sfinților bătrâni cei fără de nume*, p. 269.

¹¹⁹ Arhimandritul Arsenie Papacioc, *Veșnicia ascunsă într-o clipă*, Editura Reîntregirea, Alba Iulia, 2004, p. 92.

¹²⁰ Monahul Patapios Kavsokalivitul, *Sfântul Cuvios Porfirie Kavsokalivitul Sfințenia în secolul al XXI-lea*, traducere de Diac. dr. Florin Toader Tomoiogă, Editura Doxologia, Iași, 2015, pp. 53-54.

¹²¹ Ilarion Alfeyev, *Rugăciunea – Întâlnire cu Dumnezeul cel Viu*, traducere de Dragos Dâscă, Editura Doxologia, Iași, 2016, p. 17.

războaielelor, lucrare a îngerilor, hrană a tuturor celor fără de trupuri, veselie viitoare, lucrare fără de sfârșit, izvor al virtuților, pricinuitoare a darurilor, sporire nevăzută, hrană a sufletului, luminare a minții, secure care taie deznădejdea, arătare a nădejzii, nimicire a întristării, bogăție a monahilor, comoară a celor ce se liniștesc, împlânzire a mâniei, oglindă a creșterii duhovnicești, cunoaștere a sporirii, descoperire a așezării sufletești, prevestitoare a răsplătirii viitoare, semn al slavei. Pentru cel ce se roagă cu adevărat, rugăciunea este curte judecătorească, judecatorie și scaun de judecată al Domnului mai înainte de judecata cea înfricoșată”¹²².

Rugăciunea cunoaște mai multe trepte în dimensiunea ei practică, este de mai multe feluri și aceste trepte ale ei fac parte dintr-un proces dinamic de creștere lăuntrică a comuniunii omului cu Dumnezeu. Practic, se încearcă o revenire la starea cea dintâi în care între om și Dumnezeu nu erau obstacole și trăiau într-o comuniune desăvârșită.

Prima treaptă a rugăciunii este reprezentată de rugăciunea vorbită. Aceasta trebuie, în urcușul de care am amintit, să fie susținută și sprijinită de alte două feluri de rugăciuni, și anume rugăciunea minții și cea a inimii. În acest fel, sufletul se simte mereu atras spre Dumnezeu și rugăciunea devine statornică. Odată atinsă starea sau treapta statorniciei, rugăciunea minții și a inimii ajunge la o nouă treaptă în lucrarea ei, care se numește rugăciunea neîncetată. În această stare, omul ajunge să împlinească îndemnul Mântuitorului de a se ruga neîncetat. Aceste mișcări vremelnice ale minții și ale inimii, la un nivel și mai înalt, se transformă în stări contemplative. În timpul acestora, omul descoperă rugăciunea contemplativă, stare în care se desprinde cu totul de materie, uitând de cele ce se află în afara lui¹²³.

Rugăciunea săvârșită cu gura, limba și cu buzele, Sfinții Părinți o pun pe seama celor începători, ea constituind o formă prin care se începe practic lucrarea acesteia. Isihie Sinaitul, în *Filocalie* ne îndeamnă, referindu-se la această treaptă a rugăciunii, „să ne ostenim ca David, strigând: Doamne Iisuse Hristoase! «Răgușească gâtulejul nostru și să nu slăbească ochii minții noastre de la a nădăjdui întru Domnul Dumnezeuul nostru» (Psalmi 68, 4)”¹²⁴.

Părintele Arsenie Papacioc numea aceste rugăciuni de pe treapta întâi rugăciuni care țin de tipic, pe care le termini într-un timp oarecare și nu trebuie să renunțăm la ele, dar să nu

¹²² Sfântul Ioan Scărarul, *Scara*, Editura Mănăstirea Sihăstria, Vânători-Neamț, 2015, p. 316.

¹²³ *Sbornicul. Culegere despre rugăciunea lui Iisus*, vol. I, Editura Reîntregirea, Alba Iulia, 2000, pp. 40-41.

¹²⁴ Sfântul Isihie Sinaitul, *Cuvânt despre Trezvie și virtute II*, traducere de Pr. Prof. dr. Dumitru Stăniloae, în „Filocalia Românească”, volumul 4, Editura I.B.M.O., București, 2012, p. 82.

fie singura lucrare duhovnicească a noastră, ci este nevoie să ne așezăm într-o prezență continuă a inimii pentru că și „o tăcere adâncă înseamnă o rugăciune adâncă!”¹²⁵.

Părintele Ilie Cleopa spune că aceiași Sfinți Părinți au lăsat această rânduială a rugăciunii „din afară” doar pentru o anumită perioadă de timp, din cauza neputințelor noastre și a unei vieți duhovnicești primare. De aici, va trebui „treptat, să trecem la treapta lucrării minții”, deoarece simpla rugăciune rostită cu gura nu are puterea de a „elibera pe om de patimile cele dinăuntru”¹²⁶.

Evagrie Monahul vine în sprijinul celor aflați pe treapta întâi a rugăciunii cu îndemnul: „Nu te ruga împlinind numai formele din afară, ci îndeamnă-ți mintea spre simțirea rugăciunii duhovnicești cu multă frică”, oferind și o posibilă soluție pentru urcușul pe o nouă treaptă: „luptă-te să-ți ții mintea în vremea rugăciunii surdă și mută, și te vei putea ruga”¹²⁷.

Sfântul Apostol Pavel, adresându-se corintenilor, spune: „Mă voi ruga cu duhul, dar mă voi ruga și cu mintea; voi cânta cu duhul, dar voi cânta și cu mintea” (I Corinteni 14, 15).

El încerca, de fapt, să le spună că rugăciunea săvârșită doar cu gura nu are mare valoare în fața lui Dumnezeu: „ce folos aveți voi corintenilor, dacă vorbiți multe cu limba, iar cu mintea nu luați aminte la cele ce graiți”¹²⁸.

Cantitatea naște calitatea în timp, de aceea este bine a stăruii pentru o vreme în această rugăciune rostită doar cu gura. Ea are menirea de a educa omul să se deprindă cu lucrarea ei, cu auzirea ei și încet, încet cu înțelegerea ei care la început va cunoaște o dimensiune rațională ca mai apoi cu ajutorul harului Sfântului Duh să poată pătrunde în minte (nous) unde înțelegerea depășește limitele logicii. Aceasta ține deja de descoperirea lui Dumnezeu în minte, și nu este rezultatul vreunui meșteșug omenesc.

Găsim în *Everghetinos*, la Grigorie Dialogul, un cuvânt foarte frumos, care pune în lumină cele despre care am vorbit mai sus și care spune așa: „Una este împlinirea poruncii și alta virtutea, chiar dacă se prilejuiesc una pe alta; împlinirea poruncii stă în a face cea poruncită, iar virtutea, întru a plăcea adevărului cea făcută”. Într-o notă explicativă, lămurind acestea, Grigorie Dialogul spune că porunca poate fi împlinită formal, precum cel care se roagă doar cu gura sau cu mintea, fără ca inima să participe la această lucrare și acest lucru nu

¹²⁵ Arhimandritul Arsenie Papacioc, *Veșnicia ascunsă într-o clipă*, p. 41.

¹²⁶ Arhimandrit Cleopa Ilie, *Urcuș spre Înviere. Predici duhovnicești*, p. 162.

¹²⁷ Evagrie Ponticul, *Cuvânt despre rugăciune*, 11 și 28, traducere de Pr. Prof. dr. Dumitru Stăniloae, în „Filocalia Românească”, volumul 1, pp. 100-101.

¹²⁸ *Sbornicul*, vol. I, p. 20.

este virtute, deoarece nu te unește cu Dumnezeu, însă cu toate acestea, această rugăciune „poate fi o virtute în potență, sau un început al virtuții”¹²⁹.

În creștinismul răsăritean, a înflorit o rugăciune care se săvârșește în adâncul inimii, cunoscută sub numele de rugăciune a inimii sau rugăciune a minții. Pelerinul Rus mărturisește că rugăciunea lăuntrică, neîncetată reprezintă chemarea continuă și neîntreruptă a numelui lui Iisus Hristos cu gura, mintea și inima, în orice timp, loc sau vreme chiar și în timpul somnului. „Ea se rostește cu următoarele cuvinte: Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă!”¹³⁰.

Despre această rugăciune scurtă, dar de mare folos pentru suflet vorbește și Sfântul Apostol Pavel, când se adresează celor din Corint: „vreau să grăiesc cinci cuvinte cu mintea mea, ca să învăț și pe alții, decât zeci de mii de cuvinte într-o limbă străină” (I Corinteni 14,19). Femeia cananeiancă striga la Dumnezeu zicând: „Miluiește-mă, Doamne, Fiul lui David!” (Matei 15, 22). Apoi avem exemplul orbului Bartimeu care șezând jos pe marginea drumului și auzind că trece Iisus pe acolo a început să strige: „Iisuse, Fiul lui David, miluiește-mă!”, și certat ca să tacă de cei care îl auzeau el nu încetează ci strigă mai departe spunând: „Fiule a lui David, miluiește-mă” (Marcu 10, 46-48). O modalitate prin care în Biserica primelor veacuri a putut fi pus în practică îndemnul Mântuitorului „Rugați-vă neîncetat” (I Tesaloniceni 5, 17) a fost introducerea în sânul ei a rugăciunii lui Iisus.

Pe teritoriul țării noastre, în secolul al XVIII-lea, are loc un proces de renaștere isihastă, ca urmare a unei crize interioare în care se afla monahismul ortodox și inițiatorul ei este Starețul Vasile de la Poiana Mărului. Acest proces era întemeiat pe studiul Sfintei Scripturii și a Sfinților Părinți și pe practicarea rugăciunii lui Iisus. Acestei inițiative i se alătură curentul de revigorare și reînnoire a vieții spirituale, care poartă numele de „paisianism”, după numele celui care ia dat naștere, Paisie Velicickovski. El extinde această lucrare a Starețului Vasile la o scară mai mare, introducându-o în viața mănăstirilor de obște, realizând prin aceasta „o înviorare a spiritualității isihaste și o înviorare a vieții de obște”¹³¹.

Termenul de isihasm¹³², provine din grecescul „hesychia”, care se traduce prin tăcere, liniște și concentrare interioară. Isihăștii sunt, prin excelență, niște rugători. Ei „sunt

¹²⁹ *Everghetinosul*, volumul III-IV, transliterare, diortosire, revizuire după ediția grecească și note de Ștefan Voronca, Editura Egumenița, Galați, 2013, p. 45.

¹³⁰ *Mărturisirile sincere către duhovnicul său ale unui pelerin rus cu privire la rugăciunea lui Iisus*, ediția a II-a, traducere de Paulin Lecca, Editura Sophia, București, 1998, p. 13.

¹³¹ Pr. Prof. Dr. Stăniloae Dumitru, *Din istoria isihasmului în Ortodoxia Română*, Editura Scripta, București, 1992, p. 24.

¹³² „Calea prin care inima se curățește, mintea se luminează și omul se îndumnezeiește după har și Îl cunoaște pe Dumnezeu din experiență se numește viață isihastă sau isihasm. Acesta este temeiul vieții ortodoxe” cf. Ierotheos Mitropolitul Nafpaktosului, *Vechea și Noua Romă. De la Tradiția ortodoxă la tradițiile Apusului*, traducere de Protosinghel Teofan Munteanu, Editura Doxologia, Iași, 2016, p. 383.

cercetătorii Duhului care fac din lăuntrul lor laboratoare vii ale experienței celor ce țin de Împărăția cerurilor, într-un acum care se înveșnicește”¹³³.

Este suficient să privim la viața Sfântului Paisie de la Neamț, ca să ne dăm seama în ce constă rugăciunea pentru că însăși viața lui a fost o rugăciune. Căutând să-și găsească un părinte duhovnicesc pe măsura setei de Dumnezeu pe care o avea în sufletul său, ajunge în Athos. Aici trăiește într-o sărăcie extremă, în care patul era o simplă scândură goală, o dulamă veche îi slujea drept haină, învinuirea de sine și zdrobirea inimii cu lacrimi erau cele care împodobeau casa sufletului său în care se săvârșea „neîncetata rugăciune a inimii”, și cu toate acestea dădea slavă lui Dumnezeu mulțumindu-I „că s-a învrednicit să imite întru toate sărăcia Lui”¹³⁴.

Rugăciunea inimii cunoaște, la rândul ei, două părți. Prima parte, care poate fi considerată ca și treaptă de început a acesteia, este numită: „parte practică”. Aceasta ține de modul în care trebuie săvârșită rugăciunea, și cuprinde cam tot ceea înseamnă îndrumări de ordin practic cu referire la „lupta duhovnicească zilnică” de care se lovește cel care se angajează în această lucrare a inimii¹³⁵.

Dacă la început această rugăciune nu este decât o înșiruire de cuvinte care se repetă mecanic în minte, cu timpul este posibil ca ea „să coboare în inimă”, și cei care ajung pe această nouă treaptă a lucrării ei se vor strădui să o păstreze neîncetat „aducând mintea, (adică nous-ul) în inimă”¹³⁶.

Conform învățăturii Bisericii, omul este alcătuit din trup și suflet, și între aceste două dimensiuni, care poartă pecetea materiei, pe de o parte, și cea a duhului, a sufletului imaterial și veșnic, pe de altă parte, există o legătură specială, rânduită de Dumnezeu așa încât nu se poate vorbi despre om ca fiind numai duh sau numai trup.

Este vorba despre o „unime neamestecată”, care face ca trupul să-și ceară drepturile sale pentru existența sa, iar sufletul să-și ceară și el cele care țin de lumea nevăzută. Așa după cum trupul comunică cu mediul înconjurător prin simțurile sale, tot așa și sufletul „are simțuri care îl pun în legătură cu lumea cerească”. Între trup și suflet, după cădere, se dă mereu o luptă pentru că fiecare tinde spre cele care îi sunt specifice lui. Trupul tinde spre cele materiale, în timp ce sufletul le caută pe cele dumnezeiești. În această luptă intră și mintea, de care tocmai am vorbit și care trebuie adusă în inimă. Dar de ce spunem că trebuie adusă în

¹³³ Pr. Răzvan Andrei Ionescu, Adrian Lemeni, *Dicționar de Teologie Ortodoxă și știință*, Editura Doxologia, Iași, 2016, pp. 187-188.

¹³⁴ Paisie de la Neamț, *Autobiografia și Viețile unui stareț urmate de Așezăminte și alte texte*, ediția a III-a adăugită, editor diac. Ioan I. Ică jr., Editura Deisis, Sibiu, 2015, p. 228.

¹³⁵ Protopresbiter Stefanos Anagnostopoulos, *Rugăciunea în lume*, p. 130.

¹³⁶ Frederica Math-Green, *Rugăciunea lui Iisus – călăuza inimii către Dumnezeu*, traducere de Dragoș Dâscă, Editura Doxologia, Iași, 2014, p. 36.

inimă? Pentru că mintea are și ea, la rândul ei, simțirea ei care „primește înrâurile din partea simțurilor trupului” și pentru slobozirea și îndreptarea ei către cele dumnezeiești, către lăuntru inimii este nevoie de ajutorul harului lui Dumnezeu¹³⁷.

După cum vedem, este nevoie de mult efort, de o voință puternică și de pocăință pentru a curăța mintea spre a o sfinți prin harul lui Dumnezeu pentru ca mai apoi ea să se poată îndrepta spre inimă. În treapta următoare, atenția trebuie îndreptată către inimă. Sfântul Evanghelist Marcu ne spune: „din inima omului, ies cugetele cele rele, desfrânările, hoțiile, uciderile, adulterul, lăcomiile, vicleniile, înșelăciunea, nerușinarea, ochiul pizmaș, hula, trufia, ușurătatea. Toate aceste rele ies dinăuntru și spurcă pe om” (Marcu 7, 21-23). Și inima trebuie curățită pentru că ea este „locul unde se cultivă împărtășirea lui Dumnezeu cu omul”¹³⁸, este camera în care se sălășluiește harul lui Dumnezeu care are putere vindecătoare asupra persoanei umane.

Părintele Teofil Părăian, citând un cuvânt al Mitropolitului Bălan, spunea: „Cea mai frumoasă podoabă a unui tânăr este inima curată și mintea trează”. Spunea că inima se murdărește și ea cu gândurile cele rele, cu imagini murdare, și în cele din urmă cu faptele cele de necinste¹³⁹. Nu poți să-L chemi pe Dumnezeu în rugăciune decât într-o inimă curată¹⁴⁰.

Gândurile, ca și ispitele, sunt de folos în urcușul duhovnicesc celor care s-au deprins a lupta cu ele, pe când pentru ceilalți sunt doar pricini de cădere și risipire. „Este lucru mare să se roage cineva fără risipire”¹⁴¹. Așa cum nu pot fi opriți norii de pe cer, sau vântul care bate în stânga și în dreapta tot așa nici ispitele și gândurile nu pot fi oprite. Totuși, omul, fiind înzestrat de Dumnezeu cu voință liberă, chiar dacă acestea bat neconținut la poarta inimii lui, are putere de a se învoi cu ele, de a intra în dialog lăuntric cu ele sau de a le respinge.

Părintele Dionisie zice, referitor la această luptă lăuntrică cu gândurile și ispitele, că atunci „când îți vine gândul să clevețești pe unul, zi «Doamne Iisuse Hristoase», când îți vine vreun gând spurcat, spune «Doamne Iisuse Hristoase»”. În tot timpul, gura și mintea să se obișnuiască a rosti această rugăciune, pentru că „nu știi cum și când, pogoară Dumnezeu harul Său peste tine”¹⁴².

¹³⁷ Ierotheos Mitropolit al Nafpaktosului, *Isihie și teologie. Calea tămăduirii omului în Biserica Ortodoxă*, traducere de Protosinghel Teofan Munteanu, Editura Sophia, București, 2016, pp. 294-295.

¹³⁸ Arhimandritul Zaharia Zaharou, *Lărgiți și voi inimile voastre!*, p. 150.

¹³⁹ Arhimandritul Teofil Părăian, *Veniți de luați bucurie*, Editura Teognost, Cluj-Napoca, 2001, p. 166.

¹⁴⁰ Monahul Patapios Kavsokalivitul, *op. cit.*, p. 54.

¹⁴¹ Avva Evagrie, *Despre a ne ruga neîncetat și cu trezvie*, în *Patericul mare. Apoftegmele părinților pustiei – colecția tematică*, traducere, introducere și note de Pr. Prof. Constantin Coman, Editura Bizantină, București, 2016, p. 645.

¹⁴² Starețul Dionisie, *Duhovnicul de la Sfântul Munte Athos*, Editura Prodomos, 2009, p. 199.

De aceea, Părinții pustiei ne îndeamnă, zicând: „Zobește-ți inima cu rugăciunea, pentru a se zdrobi păcatul din inima ta”¹⁴³.

Dascălii rugăciunii lui Iisus, care au făcut experiența vie a acesteia în viața și inima lor, recomandă „încălzirea inimii și pogorârea minții în inimă prin pocăință”, pentru că acolo unde nu este har este închipuire a celor pe care harul ar fi trebuit să le descopere de la sine¹⁴⁴.

Ne putem întreba de ce oare este necesar ca în timpul rugăciunii mintea să fie adusă în inimă? Ilarion Alfeyev, inspirat din lumea duhovnicească a Sfântului Isaac Sirul, ne oferă un răspuns la această întrebare. El spune că în timpul rugăciunii dacă „mintea omului este adunată și toate simțurile sunt în armonie”, între cel ce se roagă și Dumnezeu are loc o întâlnire. Această întâlnire se realizează în inimă¹⁴⁵.

Această întâlnire tainică nu este lipsită însă de luptă. Vrajmașul va încerca, prin orice mijloace, să împiedice această lucrare a minții. Sfântul Maxim spune că atunci când „mintea va începe să sporească în dragostea lui Dumnezeu, atunci începe și dracul hulei a o bântui pe dânsa...”¹⁴⁶.

Ajuns pe această treaptă, cel care se roagă intră într-un proces de educare și curățire a minții prin rugăciune. Este știut faptul că mintea nu stă într-un loc, ea ne poartă prin toate locurile trezindu-ne tot felul de amintiri. Alături de ea se adaugă și imaginația, redarea în imagini și forme a celor amintite și astfel se zădărnicește lucrarea rugăciunii. Toate poftele cele rele care se învoiesc cu mintea și trec prin imaginație conduc mai târziu, la lucrarea răului cu fapta.

De aceea, Evagrie Ponticul spunea să nu căutăm deloc a primi vreo „formă, figură sau culoare în vremea rugăciunii”¹⁴⁷, iar Sfinții Părinți Athoniți ne învață că „rugăciunea este frâu” și cel care nu se îndeletnicește cu ea lasă mintea liberă și ea umblă „ca un cal fără frâu”¹⁴⁸.

¹⁴³ Isihast anonim, *Vedere duhovnicească*, traducere de Pr. Prof. Dr. Constantin Coman, Editura Bizantină, București, 2005, p. 173.

¹⁴⁴ Pr. Daniel de la Rarău, *Rugăciunea lui Iisus – unirea minții cu inima și a omului cu Dumnezeu*, Editura Panaghia, Vatra Dornei, 2014, p. 127.

¹⁴⁵ Ilarion Alfeyev Mitropolit de Volokolamsk, *Lumea duhovnicească a Sfântului Isaac Sirul*, traducere de Dragoș Dască, Editura Doxologia, Iași, 2013, p. 145.

¹⁴⁶ *Everghetinosul*, volumul III-IV, p. 145.

¹⁴⁷ Schimarhimandritul Gabriel Bunge, *Rugăciunea în Duh și Adevăr – filozofia și teologia capetelor Despre rugăciune ale avvei Evagrie Ponticul și spiritualitatea Părinților pustiei*, traducere de Maria-Cornelia și diac. Ioan I. Ică jr., Editura Deisis, Sibiu, 2016, p. 543.

¹⁴⁸ *Fapte minunate de la părinți atoniți*, ediția a II-a, Editura Mănăstirea Sihăstria, Vânători Neamț, 2010, p. 173.

Arhimandritul Sofronie spunea că „fericitul Stareț Siluan”, cunoscând cât de păgubitoare este petrecerea în tărâmul închipuirii, se nevoia mult pentru a se putea înfățișa înaintea lui Dumnezeu cu „mintea curată”¹⁴⁹.

Întrebat fiind Părintele Paisie Aghioritul despre cum se curăță mintea, acesta a spus că pentru a se curăți mintea este nevoie ca ea să petreacă continuu cu Dumnezeu „să se unească cu Dumnezeu” și acest lucru este posibil doar prin „luare-aminte, supraveghere de sine, rugăciune neîncetată”. În mintea unită cu Dumnezeu nu mai au loc „paraziții” și astfel omul trece de la „chip” la „asemănare” ceea ce înseamnă că de fapt mintea acum se află pe altă „frecvență” decât înainte¹⁵⁰.

Părintele Cleopa spune că imaginația este prima vamă care zădărnicește lucrarea rugăciunii, fiind numită de Sfinții Părinți și „pod al dracilor” pentru că prin intermediul ei se strecoară în inimă tot felul de închipuiri care ne despart de Dumnezeu. „Diavolul este rudă apropiată cu imaginația”¹⁵¹. O a doua vamă de care trebuie să ne ferim este rațiunea sau gândirea „ca putere cugetătoare și de judecată”. Este de trebuință a depăși și această vamă deoarece rugăciunea care rămâne doar în cap, nu poate să „cârmuiască pe toate cele din suflet”. În cele din urmă, mintea curățită de închipuiri trebuie să se coboare în inimă. Însă pentru a putea săvârși această lucrare este nevoie de trezvie¹⁵².

„Trezvie” este un termen ce provine din limba greacă de la cuvântul „nepsis” care se traduce prin „starea de a fi treaz, a nu fi beat” și reprezintă „actul ascetic de recâștigare a neîncetatei atenții către Dumnezeu”¹⁵³.

Sfântul Simeon Noul Teolog, referindu-se la trezvie, spune că rugăciunea se hrănește din aceasta și că fără trezvie, rugăciunea nu poate exista și nici nu poate da roade bune. Trezvia este cea care se opune cugetelor rele și păcatelor „este atenția la gânduri, la fapte și mișcări”¹⁵⁴, iar rugăciunea este cea care le biruie¹⁵⁵.

Asupra celui care se roagă, spune Părintele Serghie, se abat, cu mare putere, o mulțime de gânduri „ca roiurile de muște ori haitele de câini”. Toate sunt vicleșuguri firești ale

¹⁴⁹ Arhimandritul Sofronie, *Vom vedea pe Dumnezeu precum este*, traducere de Ierom. Rafail (Noica), Editura Accent Print, Suceava, 2015, p. 28.

¹⁵⁰ Cuviosul Paisie Aghioritul, *Despre Rugăciune*, p. 169.

¹⁵¹ Sfântul Nicodim Aghioritul, *Paza celor cinci simțuri*, Editura Bunavestire, Bacău, 2000, p. 231.

¹⁵² Arhimandrit Cleopa Ilie, *Urcuș spre Înviere*, pp. 182-183.

¹⁵³ Pr. Răzvan Andrei Ionescu, Adrian Lemeni, *Dicționar de Teologie Ortodoxă și știință*, p. 355.

¹⁵⁴ Cuviosul Paisie Aghioritul, *Despre Rugăciune*, p. 170.

¹⁵⁵ Sfântul Simeon Noul Teolog, *Miezul Înțelepciunii Părinților*, traducere de Cristian Spătăreanu, Editura Egumenița, Galați, 2004, p. 77.

diavolului menite să-l scoată pe cel care se roagă din această stare, cu care de altfel s-au luptat toți părinții pustiei care ne îndeamnă „să ținem rugăciunea și să alungăm gândurile”¹⁵⁶.

Părintele Arsenie Papacioc spunea, în interviurile sale: „cu dracul nu stai de vorbă, el este un tolerat”, arătându-ne că în aceasta consta de fapt lupta cu el și cu gândurile pe care le aduce în timpul săvârșirii rugăciunii.

Părintele Serghie, păstrând candela inimii sale mereu aprinsă, afirma, referindu-se la rugăciunea inimii, că cel mândru și desfrânat sau cel pornit spre mânie nu o poate lucra. „O lucrează numai inima smerită, curată, cu duh de căință și iubitoare de Dumnezeu și semeni”¹⁵⁷.

Vedem lămurit ce legătură este între despătimire și puterea de a săvârși rugăciunea, fiind în mod direct condiționată de aceasta pentru că spune Părintele Dionisie: „Smerita cugetare și nevoința cu măsură dau putere rugăciunii”¹⁵⁸.

Care este meritul cel mai de seamă al rugăciunii și ce dă valoare în mod cu totul special rugăciunii lui Iisus?

Măreția de necuprins a rugăciunii, în ceea ce ne privește pe noi creștinii ortodocși, constă în faptul că ea se săvârșește „în duh și adevăr”. Acest lucru presupune o participare liberă și conștientă a omului cu Dumnezeu care este o Persoană vie și reală. „Una este comuniunea noastră cu Dumnezeul-Persoană și alta este comunicarea noastră cu ceva care este abstract sau inexistent”, așa cum se întâmplă în cazul ofrandelor sau implorărilor celorlalte religii¹⁵⁹.

Valoarea rugăciunii, Evagrie Ponticul o așează deasupra tuturor virtuților, spunând că: „așa cum vederea e superioară tuturor virtuților, tot așa și rugăciunea e mai sus decât toate virtuțile”¹⁶⁰.

Mitropolitul Ilarion Alfeyev zicea că „importanța Rugăciunii lui Iisus” nu se rezumă doar la repetarea ei într-un mod mecanic, ci ea constă „în a simți întotdeauna prezența vie a lui Hristos”, pentru că, în mod special, prin rostirea acestei rugăciuni „noi chemăm numele Mântuitorului”¹⁶¹.

Valoarea neprețuită a rugăciunii lui Iisus, după Sfântul Isaac Sirul este aceea că ea reprezintă acea cheiță prin intermediul căreia omul poate să deschidă ușa tainelor pe care „ochiul nu le-a văzut, urechea nu le-a auzit și nici la inima omului nu s-au suit”. „Rugăciunea

¹⁵⁶ Jean-Claude Larchet, *Ține candela inimii aprinsă. Învățătura părintelui Serghie*, ediția a doua, traducere de Marinela Bojin, Editura Sophia, București, 2004, p. 56.

¹⁵⁷ *Ibidem*, p. 54.

¹⁵⁸ Starețul Dionisie, *op. cit.*, p. 289.

¹⁵⁹ Protopresbiter Stefanos Anagnostopoulos, *Rugăciunea în lume*, p. 35.

¹⁶⁰ Schimarhimandritul Gabriel Bunge, *Rugăciunea în Duh și Adevăr*, p. 548.

¹⁶¹ Ilarion Alfeyev, *Rugăciunea – Întâlnire cu Dumnezeu cel Viu*, p. 78.

lui Iisus poate stăpâni mintea și o poate face să se roage fără încetare” ceea ce face ca omul să dobândească mult har¹⁶².

Un isihast anonim care s-a învrednicit să primească în dar de la Dumnezeu această rugăciune a inimii, pe care nu mulți ajung să o aibă, vorbea despre aceste descoperiri de care este cuprinsă inima în timpul săvârșirii ei, spunând că cel care s-a deprins a întipări în inima lui numele lui Iisus, atunci când îl va auzi se va umple de multă evlavie. Aceasta, la rândul ei, este însoțită de „o bucurie și de o dulceață nespusă”, pentru că auzind numele lui Iisus, aude de fapt numele unui prieten foarte apropiat și drag¹⁶³.

Părintele Paisie Aghioritul spune că rugăciunea lui Iisus este o armă de temut împotriva diavolului, este ca și cum ai trage asupra lui „cu gloanțe duhovnicești și nu se poate apropia”¹⁶⁴.

Mergând mai departe pe firul urcușului duhovnicesc, din treaptă în treaptă, prilejuit de lucrarea rugăciunii, următorul pas îl constituie unirea minții cu inima la care nu se ajunge imediat, ci după o vreme de osteneală împletită cu răbdare. De acum vorbim de rugăciunea inimii.

Odată aflată mintea în inimă „nu trebuie să stea să privească, nemaifăcând altceva”, ci trebuie cu toată voința și dragostea sufletului să continue să se roage¹⁶⁵.

În felul acesta, toate puterile sufletești ale omului lucrează în armonie, atunci când mintea se unește cu inima. Pentru ca mintea să fie în stare să se unească cu inima, să coboare în inimă, este nevoie de harul lui Dumnezeu, pentru că nu există metode tehnice prin care acest lucru să se poată realiza¹⁶⁶.

Când mintea se unește cu inima, omul ajunge la acea măsură în care se roagă cu toată ființa lui și astfel scapă de ispite și uneltirile drăcești, deoarece el află „în ascunzișul inimii ferire de primejdii și adăpost”¹⁶⁷.

În această treaptă, a rugăciunii inimii, mintea și inima fiind unite, atenția este adunată în inimă, acolo unde se aud rostite cuvintele rugăciunii lui Iisus. Astfel, rugăciunea rostită cu gura, înțeleasă cu mintea și simțită cu inima „devine sferică (ciclică) în mișcarea sufletului nostru”. De aici, pe următoarea treaptă, rugăciunea devine statornică, când inima se roagă

¹⁶² Ierod. Cleopa Paraschiv, Arhimandritul Mina Dobzeu, *Rugăciunea lui Iisus. Îndrumar duhovnicesc*, Editura „Rugul Aprins”, Făgăraș, 2002, p. 20.

¹⁶³ Isihast anonim, *Vedere duhovnicească*, p. 83.

¹⁶⁴ Cuviosul Paisie Aghioritul, *Despre Rugăciune*, p. 154.

¹⁶⁵ Sfântul Nicodim Aghioritul, *Paza celor cinci simțuri*, p. 248.

¹⁶⁶ Arhimandritul Zaharia Zaharou, *Lărgiți și voi inimile voastre!*, p. 181.

¹⁶⁷ Jean-Claude Larchet, *Ține candela inimii aprinsă*, p. 55.

neîncetat, este starea în care se împlinește îndemnul de a ne ruga „neîncetat” (I Tesaloniceni 5, 17)¹⁶⁸.

Această stare de rugăciune nu este recomandată doar monahilor sau clericilor, ci la ea este dator tot sufletul să ajungă pentru că „rugăciunea este lumină” și nimic nu se poate face în siguranță, cât timp ne mișcăm pe întuneric. Sfântul Ioan Gură de Aur spune că: „Precum soarele este lumină pentru trup, tot astfel și rugăciunea este lumină pentru suflet...”¹⁶⁹. Așa cum pentru cel orb lipsa vederii este o mare suferință, tot așa pentru un creștin lipsa luminii lui Hristos din sufletul său datorită neagonisirii rugăciunii neîncetate este o mare durere.

„Cine nu are rugăciunea lăuntrică, rugăciunea minții, acela nu are nici un fel de rugăciune, fiindcă numai rugăciunea lăuntrică este adevărată rugăciune”¹⁷⁰, plăcută și primită de Dumnezeu. Iar acest lucru este valabil pentru toată lumea.

Despre rugăciunea inimii, s-a scris foarte mult încât se poate face o temă de licență strict pe acest subiect. Eu doar am amintit câteva particularități ale ei deoarece ocupă un loc important în viața lăuntrică a creștinilor practicanți. De asemenea, am insistat asupra acesteia și pentru faptul că de ea se leagă treapta cea mai înaltă a rugăciunii.

Prima parte a rugăciunii inimii, după cum am văzut, este cea practică, a doua este cea „contemplativă”¹⁷¹. Aceasta îl conduce pe om la „desăvârșirea dumnezeiască” și este marcată de atâta adâncime, lărgime și înălțime cerească încât nu se termină niciodată „din moment ce îndumnezeirea-desăvârșirea nu au sfârșit”¹⁷².

Sfântul Isaac Sirul folosește termenul „contemplanță” cu sensul de „vedere a lui Dumnezeu”. Prin contemplanță, se înțelege experiența plecării celui ce a atins această stare din lumea aceasta participând astfel la lumea care va să vină¹⁷³.

„Fericiți cei curați cu inima, că aceia vor vedea pe Dumnezeu” (Matei 5, 8). După ce omul, prin lucrarea rugăciunii, a ajuns să-și curețe inima, abia atunci poate să-L vadă pe Dumnezeu. Însă această experiență este „intimă și tainică”¹⁷⁴ încât puțini sfinți au vorbit despre ea. Sfântul Siluan Athonitul spunea că „atunci când mintea este deplin în Dumnezeu, lumea este uitată”¹⁷⁵ și omul aflat în această stare cunoaște și simte pe Dumnezeu.

¹⁶⁸ Ierod. Cleopa Paraschiv, Arhimandritul Mina Dobzeu, *Rugăciunea lui Iisus*, p. 77.

¹⁶⁹ Arhimandritul Serafim Alexiev, *Meșteșugul rugăciunii*, pp. 109-110.

¹⁷⁰ *Sbornicul*, vol. I, p. 26.

¹⁷¹ Sfântul Siluan spune că omul aflat în această stare a rugăciunii uită lumea, uită și de propriul său trup încât nu mai știe precum odinioară Sfântul Apostol Pavel (II Corinteni 12, 2) dacă a fost în trup sau afară de trup. cf. Arhimandritul Sofronie, *Cuviosul Siluan Athonitul*, p. 144.

¹⁷² Protopresbiter Stefanos Anagnostopoulos, *Rugăciunea în lume*, pp. 130-131.

¹⁷³ Ilarion Alfeyev Mitropolit de Volokolamsk, *Lumea duhovnicească a Sfântului Isaac Sirul*, pp. 222-224.

¹⁷⁴ Idem, *Taina Credinței. Introducere în Teologia Dogmatică Ortodoxă*, traducere de Felicia Dumas, Editura Doxologia, Iași, 2014, p. 310.

¹⁷⁵ Arhimandritul Sofronie, *op. cit.*, p. 108.

II.2. Învățătura Mitropolitului Antonie despre rugăciune

II.2.1. Rugăciunea ca întâlnire și relație cu Dumnezeu

Teologia Mitropolitului Antonie are în centrul ei persoana aflată într-un dialog, față către față, cu Dumnezeu într-o împrejurare oarecare, este experiența viu trăită într-o viață de om care a trecut de la deznădejde la credința neclintită în Hristos, de a cărui prezență nu a fost părăsit după ce a aflat-o¹⁷⁶.

Aflăm, de fapt, că orice experiență trăită în legătură cu Dumnezeu se poate transforma în rugăciune, care are ca rădăcini această relație vie, acest fapt concret. Rugăciunea nu este un produs al minții care încearcă să compună un text adresat lui Dumnezeu, ci este un dialog real, care a schimbat mintea și inima unei persoane într-o anumită împrejurare din viața lui.

Un rol central pentru rugăciune îl reprezintă întâlnirea, omul cunoaște, astfel, pe Dumnezeu. Această întâlnire, în sens de cunoaștere este, însă, unică deoarece fiecare om este unic în felul său¹⁷⁷.

Omul angajat în rugăciune nu poate decât să se întâlnească cu Dumnezeu, iar această întâlnire nu este ușoară, ci înspăimântătoare, deoarece se prezintă în fața Lui, precum vechiul Adam, care trebuie să moară pentru a deveni noul Adam. Iar acest lucru este un proces care durează toată viața, este o luptă cu tine însuși pentru a fi de partea lui Hristos și evident împotriva vechiului Adam¹⁷⁸.

O întâlnire față către față cu Dumnezeu reprezintă un moment de judecată pentru noi în care vom fi osândiți sau mântuiți. Dumnezeu care este Putere, Adevăr și Sfîntenie, în marea Sa dragoste față de noi nu Se face întotdeauna prezent în viețile noastre, conștient fiind că nu suntem noi pregătiți în fiecare moment să îndurăm o astfel de întâlnire. Acest lucru nu poate să constituie decât un prilej de a fi recunoscători lui Dumnezeu în momentele în care, în stare de rugăciune, trăim absența Lui și să ne gândim că poate nu suntem pregătiți să-L întâlnim. De o astfel de întâlnire se va fi ferit și sluga sutașului, când îi spune Mântuitorului că nu trebuie să vină în casa lui: „Doamne, nu sunt vrednic să intri sub acoperișul meu, ci numai zi cu cuvântul și se va vindeca sluga mea” (Matei 8, 8)¹⁷⁹.

Pe de altă parte, trebuie să ținem seama de faptul că orice întâlnire cu Dumnezeu, într-o oarecare măsură, este ca la Judecata de Apoi și acest lucru poate să atragă după sine

¹⁷⁶ Michel Evdochimov, *op. cit.*, pp. 15-16.

¹⁷⁷ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Rugăciunea care aduce roade. Buchet de texte duhovnicești pentru lectură zilnică*, traducere de Dragoș Dăscă, Editura Doxologia, Iași, 2014, p. 28.

¹⁷⁸ Idem, *Rugăciunea vie*, traducere de Cătălin Bogdan, Editura Theosis, Oradea, 2017, p. 22.

¹⁷⁹ Idem, *Școala rugăciunii*, pp. 35-38.

consecințe fatale deoarece această întâlnire este „o «criză», iar în greacă «criză» înseamnă «judecată»”. În funcție de ceea ce am agonisit în inima noastră, această întâlnire cu Dumnezeu poate să fie un prilej de a fi osândiți sau mântuiți. De aceea, Vlădica Antonie ne oferă sfatul de a nu căuta, prin rugăciune, întotdeauna, să dobândim o prezentă perceptibilă a lui Dumnezeu, ci să ne ajute să ne schimbăm pentru ca într-o zi, când vom fi pregătiți, să putem să-l întâlnim¹⁸⁰.

Vlădica Antonie consideră că în centrul oricărei lucrări trebuie să existe o preocupare anume, o neliniște continuă care să nască întrebări asupra cărora este bine să medităm. În măsura în care vom găsi răspuns la ele, și lucrarea va începe să-și arate primele sale roade. Acest lucru este valabil și în cazul rugăciunii pe care nu o poți pune în lucrare dacă ea nu constituie obiectul unor cugetări.

Adesea Vlădica Antonie se întreba, învățând și pe ucenicii săi să cugete la acestea: „Ne rugăm noi în așa fel încât să-L întâlnim pe Dumnezeu, să-L căutăm chiar orbecăind prin negura amurgului? Înseamnă Dumnezeu atât de mult pentru noi încât să spunem că ceea ce contează este El, este experiența rugăciunii, a bucuriei, a inimii zdrobite ca urmare a relației mele cu El? Înseamnă El ceva pentru noi?”¹⁸¹.

În fața atâtor provocări ale secolului în care trăim, ne putem întreba și noi de ce, oare, Hristoase nu ești atât de interesant pentru noi? De ce ne este atât de greu să ne ridicăm mintea la Tine din multele noastre preocupări de zi cu zi, care ne ocupă mai tot timpul? De ce, oare, nu ești atât de atractiv, precum sunt lucrurile fascinante ale lumii în care trăim și care ne acaparează întreaga atenție? De ce, oare, Te căutăm doar atunci când avem nevoie de Tine, în general când dăm de greu, când viața noastră intră pe un făgaș anevoios din care nu ne mai putem întoarce? De ce Te ținem la distanță față de noi?

Sunt întrebări cât se poate de legitime și actuale pe care ni le putem pune. Aflarea răspunsului ne poate duce în cele din urmă la a trăi bucuria revederii cu Hristos într-un mod autentic, și nu formal sau ocazional, conjunctural.

Un exercițiu de rugăciune pe care Părintele Antonie îl propune păstoriților lui este acela de a se lepăda de grijile acestei lumi în mod onest și sincer spre a I le încredința lui Dumnezeu, ca mai apoi, despovărați de acestea să se gândească în mod liber la El: „Ajută-mă Doamne, să uit de toate problemele și să-mi concentrez atenția doar la tine”¹⁸². Fără o lepădare reală a grijilor nu este posibilă o legătură autentică cu Dumnezeu pentru că acestea

¹⁸⁰ Idem, *Reflecții. O călătorie duhovnicească*, traducere de Dragoș Dâscă, Editura Doxologia, Iași, 2014, pp. 46-47.

¹⁸¹ Idem, *Doamne, fii cu noi!*, traducere de monahia Anastasia Igiroșanu, Editura Sophia, București, 2016, p. 51.

¹⁸² Idem, *Rugăciunea vie*, pp. 160-161.

vor sta ca un zid între om și Dumnezeu. Acestei lepădări îi urmează tăcerea. Legat de acest lucru, părintele povestea că a venit la el o femeie să îi ceară un sfat, spunându-i că de 14 ani se roagă neîncetat și că niciodată nu a simțit prezența lui Dumnezeu. Ascultând-o, îi răspunde că pe Dumnezeu trebuie să-L lași să-ți vorbească și nu să-I vorbești tu tot timpul pentru că rugăciunea adevărată nu înseamnă să-I vorbești în continuu. Tăcerea este și ea o rugăciune și totodată un prilej prin care îi acorzi lui Dumnezeu o șansă să-ți vorbească¹⁸³.

Astfel, el vorbește despre importanța rugăciunii tăcerii în care omul se detașează de toate cele exterioare, încercând să-L descopere pe Dumnezeu în cămara sufletului său, lucru ce nu este posibil fără tăcere sau liniștire.

La acest tip de rugăciune se referea și Părintele Arsenie Papacioc, când spunea că: „o tăcere adâncă înseamnă o rugăciune adâncă!”¹⁸⁴.

Așa cum nimic nu se poate reflecta pe suprafața unei ape, când aceasta este învolburată, tot așa nici în sufletul neliniștit, plin de griji și de cuvinte nu se poate reflecta prezența lui Dumnezeu. Este nevoie de tăcere pentru a auzi pe Dumnezeu. Cât timp mîlul de pe fundul unui lac nu s-a așezat, apa încă nu este limpede și prin ea nu se poate vedea nimic, tot așa cât timp sufletul nu este liniștit, nu poate să audă și nici să vadă pe Dumnezeu, după cuvântul Scripturii care spune: „Fericiți cei curați cu inima, că aceia vor vedea pe Dumnezeu” (Matei 5, 8). Tăcerea cea mai desăvârșită este aceea a unui suflet copleșit de prezența lui Dumnezeu. Astfel, prin rugăciune, sufletul se unește cu Dumnezeu¹⁸⁵.

Sfântul Marcu spune și el, la rândul său, că: „mai bine este a te lipi de Dumnezeu prin rugăciune, decât a avea pomenirile cele din afară”¹⁸⁶.

Înainte de citirea Sfintei Evanghelii, preotul citește o rugăciune care, într-o formă prescurtată, zice următoarele: „Strălucește în inimile noastre, Iubitorule de oameni Stăpâne, lumina cea curată a cunoașterii Dumnezeirii Tale și deschide ochii gândului nostru spre înțelegerea evanghelicilor Tale propovăduiri...”¹⁸⁷.

Mitropolitul Antonie, după această rugăciune, când deschidea Sfânta Evanghelie, mai spunea o rugăciune personală în care îi cerea lui Dumnezeu să-l ajute: „Doamne, voi citi acum Evanghelia, unde este povestită viața Mântuitorului nostru Iisus Hristos. Fiecare cuvânt al Său este un cuvânt de veșnicie, un cuvânt dumnezeiesc, care îmi este adresat mie personal. Binecuvântează-mă, deschide-mi mintea, întărește-mi simțirea inimii, ajută-mă să-mi depășesc teama. Căci nu e cu puțință să nu întâlnesc pasaje care mă vor sili să-mi schimb

¹⁸³ *Ibidem*.

¹⁸⁴ Arhimandritul Arsenie Papacioc, *Veșnicia ascunsă într-o clipă*, p. 41.

¹⁸⁵ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Rugăciunea vie*, pp. 150-151.

¹⁸⁶ *Everghetinosul*, volumul III-IV, p. 71.

¹⁸⁷ *Liturghier*, Editura I.B.M.O., București, 2012, p. 147.

viața, să-mi schimb purtarea față de semenii, față de mine însumi, și ideea acestei schimbări mă înspăimântă. Ajută-mă să dobândesc acest curaj, această îndrăzneală, dar și înțelepciune...”¹⁸⁸.

Așa se ruga el când deschidea Sfânta Evanghelie. Cerea Sfântului Duh să-i dea vălul nepriceperii și al neștiinței de pe ochi, ca să vadă și să înțeleagă învățăturile cuprinse în Sfânta Scriptură, să le poată coborî în inimă și să le păstreze ca pe o comoară de mare preț, comoară ce nu o ținea în mod egoist doar pentru sine, ci o împărțea celor care îl ascultau. Vedem de aici cu câtă seriozitate privea fiecare gest liturgic în care nu se avânta fără rugăciune. Nu era preocupat de agonisirea unei comori exterioare, materiale și trecătoare, ci era preocupat de comoara lăuntrică a inimii, după porunca Mântuitorului, care spune: „Nu vă adunați comori pe pământ, Ci adunați-vă comori în cer, unde nici molia, nici rugina nu le strică, unde furii nu le sapă și nu le fură. Căci unde este comoara ta, acolo va fi și inima ta.” (Matei 6, 19-21)

Despre comoara din adâncul sufletului vorbește și Sfântul Isaac Sirul, care spune că, în adâncul ființei noastre, se ascunde o comoară de o bogăție ce nu poate fi egalată. Acest adânc sădit de Dumnezeu în om este locul fericirii, unei întreite întâlniri: cu noi înșine, cu Dumnezeu și cu aproapele¹⁸⁹.

Suntem chemați de Dumnezeu să devenim temple ale Sfântului Duh, însă nu așa precum sunt Sfintele Daruri în Sfântul Potir pentru că noi nu suntem doar niște vase ce conțin o prezență, ci să fim pătrunși de prezența Sa, în așa măsură încât nimic din noi să nu rămână străin de Sfântul Duh¹⁹⁰.

Mântuitorul ne spune, de altfel, că „împărăția lui Dumnezeu este înăuntrul vostru.” (Luca 17, 21), iar rugăciunea așa cum ne învață Sfântul Isaac Sirul este o cale de a pătrunde în această împărăție unde paradoxal ne întâlnim cu noi înșine, cu Dumnezeu, dar și cu aproapele, de unde deducem faptul că în această împărăție nu-și găsește loc egoismul, nu putem fi doar noi cu noi înșine și atât.

Părintele Antonie ne atrage atenția că dacă nu putem să-L întâlnim pe Hristos în împărăția din noi, atunci sunt puține șanse de a-L întâlni în afara noastră¹⁹¹.

Mântuitorul vorbește despre împărăția gătită omului și unul dintre criteriile de a intra în ea este cel al iubirii, pentru că spune El: „Căci flămând am fost și Mi-ați dat să mănânc; însetat am fost și Mi-ați dat să beau; străin am fost și M-ați primit; Gol am fost și M-ați

¹⁸⁸ Michel Evdochimov, *op. cit.*, p. 55.

¹⁸⁹ Alphonse și Rachel Goettmann, *Rugăciunea lui Iisus. Rugăciunea inimii*, traducere de monahia Silvana Vlad, Editura Mitropolia Olteniei, Craiova, 2007, p. 8.

¹⁹⁰ Mitropolit Antonie de Suroj, *Asceza și căsătoria*, p. 41.

¹⁹¹ Idem, *Rugăciunea care aduce roade*, p. 25.

îmbrăcat; bolnav am fost și M-ați cercetat; în temniță am fost și ați venit la Mine.” (Matei 25, 35-36)

Și, dacă împărăția lui Dumnezeu este înlăuntrul nostru, și iubirea este un mijloc de a intra în această împărăție, atunci din cuvintele Mântuitorului de mai sus putem înțelege faptul că a-L hrăni pe Hristos, a-I da să mănânce, a-I da să bea, a-L primi ca pe un străin, a-L îmbrăca, a-L cerceta, a veni la El, nu este altceva decât rodul faptelor noastre bune în raport cu aproapele pe de o parte, iar pe de altă parte, reprezintă legătura dintre noi și El, realizată prin intermediul rugăciunii. Omul care se roagă, hrănește, cercetează, îmbracă pe Hristos. Cel ce nu se roagă Îl ține pe Hristos întemnițat în inima lui, flămând, și gol, și însetat. Dar ne mai spune ceva Mântuitorul și anume „Adevărat zic vouă, întrucât ați făcut unuia dintr-acești frați ai Mei, prea mici, Mie Mi-ați făcut” (Matei 25, 40).

Slujind lui Hristos, Vlădicăi îi era teamă că nu va avea curaj să-și schimbe viața conform vocii lui Dumnezeu prezentată în textul Sfintei Scripturi. Își știa limitele, era conștient că nu poate merge pe calea cea strâmtă a lui Hristos doar cu propriile forțe. De aceea, se roagă ca Dumnezeu să-l întărească, să-i dea putere ca să poată accepta ceea ce putea fi greu de acceptat, să poată birui provocarea schimbării care-l înspăimântă. Nu este foarte ușor a iubi pe vrăjmași a te ruga pentru ei, pentru că așa îți cere Domnul, sau a binecuvânta pe cel ce te blestemă, sau a nu ține minte răul¹⁹².

Teama care ascunde de fapt frica de a nu suferi, zice Părintele Antonie, este și principalul obstacol în calea educării inimii pentru a o pregăti să facă față întâlnirii cu Hristos. „Ne temem să privim și să vedem; ne temem să auzim și să înțelegem; ne temem să vedem suferința cuiva și să înțelegem strigătul sufletului său. De aceea ne închidem în noi înșine. Din această cauză, devenim din ce în ce mai înguști și prizonieri ai acestei închideri”¹⁹³.

În momentul în care noi încercăm să fim ceea ce nu suntem, devenim niște prezențe fără realitate și față de astfel de prezențe Dumnezeu nu se poate apropia¹⁹⁴.

Este evident că Dumnezeu nu are nevoie de rugăciunile noastre împlinite ca pe o datorie pentru că, așa cum spunea Părintele Arsenie Papacioc, în multe din dialogurile sale cu pelerinii care-i cereau sfat „cine se roagă numai când se roagă acela nu se roagă”. Hristos ne vrea vii și prezenți, vrea inima noastră așa cum Solomon în pildele sale spunea: „Dă-mi, fiule, mie inima ta”. (Pildele lui Solomon 23, 26) Suntem dependenți de Hristos, legați de El cum spune Fericitul Augustin și nu se va liniști inima noastră până ce nu-și va găsi odihna întru El.

¹⁹² Michel Evdochimov, *op. cit.*, p. 58.

¹⁹³ Antonie de Suroj, *Taina vindecării*, traducere de pr. Alexandru Teompa, Editura Reîntregirea, Alba Iulia, 2009, p. 47.

¹⁹⁴ Idem, *Școala rugăciuni*, p. 40.

Rugăciunea poate fi o cale de a dobândi această odihnă pentru că ea este cea care atrage asupra noastră lucrarea Sfântului Duh care mângâie sufletul.

Toată Evanghelia este întâlnire, fiecare cuvânt pe care-l găsim în paginile ei a fost adresat cuiva într-o împrejurare anume, într-o întâlnire, față către față, a lui Hristos cu o nevoie omenească, fie că a fost vorba de o bucurie, de un necaz sau de vreo boală sau păcat¹⁹⁵.

Vlădica Antonie era de părere că Sfânta Evanghelie trebuie citită „ca și cum Domnul Hristos ar fi venit la noi ca cel mai drag prieten”¹⁹⁶.

Mai mult decât atât, el consideră că închinarea înseamnă o relație, și că în afara unui obiect al închinării, aceasta nu poate să reprezinte nimic pentru cel care se roagă, pentru cel care se închină. Este de părere că trebuie să-L simți pe Dumnezeu cu adevărat ca să te poți închina cu adevărat¹⁹⁷.

Așa cum într-o relație de prietenie, bazată pe iubire și respect reciproc, se realizează o legătură specială între cei doi așa încât nimic din ceea ce este dincolo de ei parcă nu mai contează, cam în aceeași măsură suntem îndemnați să căutăm a ne apropia de Dumnezeu, făcându-L cel mai bun prieten al nostru, Cel de la care să nu-ți poți dezlipi inima, ochii, mintea și la care să alergi sau să te raportezi mereu. Celui care nu L-a simțit pe Dumnezeu în vreun fel îi rămâne la îndemână doar credința că El este, și ne iubește, însă cel care a trăit această legătură tainică cu El a dobândit deja certitudinea.

Mitropolitul Antonie spunea că, adesea, ne afișăm în fața lui Dumnezeu într-o mulțime de fețe și cel mai important lucru în practica rugăciunii este să ne descoperim sinele nostru cel adevărat, și să fim sinceri în fața lui: „Ajută-mă, Doamne, să mă dezbar de orice prefăcătorie și să-mi găsesc adevăratul sine”¹⁹⁸.

Împlinirea rugăciunii ca mijloc de întâlnire cu Hristos nu presupune ca omul să săvârșească o călătorie către propria lui interioritate, ci să realizeze o călătorie prin sinele lui pentru ca din cel mai adânc nivel al sinelui să se poată ridica la locul de întâlnire cu Dumnezeu. Or, acest lucru presupune mai întâi o coborâre și apoi o înălțare¹⁹⁹.

Adesea, privim undeva în afara noastră, în sus și în jos, în față sau în spate, în Cer sau pe Pământ căutându-L pe Dumnezeu când El de fapt este înlăuntrul nostru.

¹⁹⁵ Idem, *Taina iubirii*, p. 6.

¹⁹⁶ Michel Evdochimov, *op. cit.*, p. 59.

¹⁹⁷ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Rugăciunea vie*, p. 15.

¹⁹⁸ *Ibidem*, p. 156.

¹⁹⁹ Idem, *Școala rugăciunii*, p. 61.

Întâlnirea cu El se realizează aici în suflet și este tragic atunci când ne dăm seama că de fapt suntem goi, că nu ne mișcăm și nu ne hrănim din lăuntru nostru, ci mereu alergăm după toate cele necesare în afara noastră²⁰⁰.

Mitropolitul Ilarion Alfeyev, referindu-se la rugăciune ca mijloc de întâlnire cu Dumnezeu, spune că Hristos „participă la ceea ce se întâmplă în viața noastră”, și creștinul are „acces direct la Dumnezeu, Care îl ascultă pe om, îl ajută și îl iubește”²⁰¹.

Dacă în budism sau în alte religii rugăciunea se dorește a fi o cale prin care omul se eliberează, pierzându-se în neant, într-un act de depersonalizare, în creștinism, rugăciunea te pune în relație cu o persoană Vie, iar eliberarea care în cazul unora presupune dispariția lor, în creștinism înseamnă mântuire. Iar mântuirea presupune a trăi în comuniune de iubire veșnică cu Dumnezeu.

Părintele Antonie afirmă că rezultatul cunoașterii lui Dumnezeu, pe care îl trăim noi azi, ține de experiențele anterioare, și nu e potrivit să ne afișăm în fața lui Dumnezeu așa cum Îl știm deja. Să nu ne adresăm lui Dumnezeu cu imaginea pe care ne-am format-o despre El, privind la propriul trecut, pentru că astfel întoarcem spatele prezentului și nu-L putem întâlni azi pe Dumnezeu în rugăciune, ci urmează să ne întâlnim cu ceea ce deja am învățat despre El. De aceea părintele recomandă oamenilor să se roage astfel: „Ajută-mă Doamne, să înlătur toate falsele închipuiri pe care le am despre Tine, oricare ar fi prețul plătit pentru liniștea mea”²⁰².

Ajungem să-L cunoaștem pe Dumnezeu de-a lungul timpului și să-I atribuim în mintea noastră o multitudine de imagini, forme, stări care de cele mai multe ori țin de trecut, de o experiență anterioară și riscăm să ratăm întâlnirea cu El azi și rămânem în sfera imaginației despre ceea ce este în sufletul nostru Dumnezeu.

Prin rugăciune, omul intră într-o relație tainică cu Dumnezeu, relație care nu poate fi impusă de niciunul dintre ei. Practic întâlnirea cu Dumnezeu prin rugăciune nu poate fi forțată pentru că în acest fel nu ar mai fi vorba de vreo relație și nici de întâlnire pentru că singurul teren pe care se întemeiază o relație este libertatea reciprocă. De aceea, este firesc ca în timpul rugăciunii, să experimentăm și sentimentul absenței lui Dumnezeu sau a imposibilității noastre de a-L localiza undeva. Cu toate acestea, trebuie să ținem seama că și noi, la rândul nostru, suntem absenți când Dumnezeu bate la ușa inimii noastre fără răspuns²⁰³.

²⁰⁰ Idem, *Rugăciunea care aduce roade*, p. 45.

²⁰¹ Ilarion Alfeyev, *Rugăciunea – Întâlnire cu Dumnezeul cel viu*, p. 9.

²⁰² Mitropolitul Antonie de Suroj, *Rugăciunea vie*, pp. 157-158.

²⁰³ Idem, *Școala rugăciunii*, pp. 34-35.

Părintele Antonie face aici trimitere la un gram de onestitate pe care ar trebui să-l avem atunci când ne raportăm la Dumnezeu. Nu trebuie să ne descurajăm sau să credem că rugăciunea nu a fost primită sau auzită de Dumnezeu, ci să ne aducem aminte că de multe ori și noi am fost orbi și surzi la chemarea lui Dumnezeu. A lăsa spiritul dreptății și a îmbrățișa duhul smereniei este mult mai ziditor pentru viața noastră lăuntrică.

Vlădica Antonie spunea cât de important este ca cineva să-și aducă aminte de tine atunci când toată lumea te-a uitat. Și cine nu ne uită niciodată? Hristos, evident. El este Singurul care ne oferă siguranța că dăinuim veșnic în amintirea lui chiar dacă noi uneori uităm de El. Legat de acest lucru, a relatat o experiență trăită de el în vizită la o familie, când deodată intră pe ușă un bărbat, după 15 ani în care fusese în război. Era soțul celei care acum își întemeiasă o altă familie, crezând că este mort, pentru că nu mai dăduse nici un semn de viață în toți acești ani. Ești viu? Întreabă ea mirată, când îl vede. Noi gândeam că ești mort!. Cu alte cuvinte, revenirea lui, amintirea lui nu mai era prilej de bucurie. El făcea parte din rândul celor uitați pentru ca viața ei să poată merge mai departe. Se întreba Vlădica Antonie, oare ce s-ar întâmpla dacă și Dumnezeu ar proceda la fel, dacă aflându-ne în fața Lui El ne-ar privi ca pe niște străini, ca pe cineva care nu-i așteptat, și nici primit?²⁰⁴.

Marcu Ascetul, referindu-se la rugăciune, spunea: „Când îți aduci aminte de Dumnezeu, înmulțește rugăciunea, ca atunci când Îl vei uita, Domnul să-Și aducă aminte de tine”²⁰⁵.

Părintele Porfirie, în sensul celor afirmate, ne aduce aminte spunând că: „rugăciunea este convorbire cu Domnul și nu trebuie să uităm de ea”²⁰⁶.

Deși Sfinții Părinți văd în rugăciune o retragere a omului în camera sufletului său totuși, această retragere nu înseamnă o izolare de lume, așa cum am văzut la Sfântul Isaac Sirul, ci mai degrabă o întretită întâlnire a sufletului celui care se roagă cu Dumnezeu și cu aproapele.

În acest sens, Mitropolitul Antonie vorbește despre viață și rugăciune ca relație și nu ca realități separate. Există o legătură firească dintre activitățile de zi cu zi ale omului și rugăciunea în sine. El nu vede viața și rugăciunea separate între ele sau greu de coordonat și consideră că este greșit a crede că viața reprezintă o mișcare continuă, iar rugăciunea o retragere continuă. În viziunea lui, rugăciunea și viața sunt înțelese ca relație a omului cu sine,

²⁰⁴ Idem, *Făcând din viață rugăciune*, p. 71.

²⁰⁵ Marcu Ascetul, *Despre legea duhovnicească*, în *200 de capete*, 25, traducere de Pr. Prof. dr. Dumitru Stăniloae, în „Filocalia Românească”, volumul 1, Editura I.B.M.O., București, 2013, 2008, p. 282.

²⁰⁶ Ana Kostaku, *Părintele Porfirie mi-a spus...*, Vol. II, traducere de pr. dr. Ciprian-Ioan Staicu, Editura Egumenița, Galați, 2015, p. 106.

cu Dumnezeu și cu tot ce îl înconjoară după modelul Mântuitorului care prin Întrupare a intrat în relație cu noi și nu stă izolat de noi și de creația Lui²⁰⁷.

„«Rugăciune» înseamnă, așadar, amândouă aceste lucruri: «a vedea» pe Dumnezeu și «a avea convorbiri» cu El, a deveni «partener de dialog» cu El»²⁰⁸.

Portretul lăuntric duhovnicesc al Vlădicăi Antonie, ia naștere din dorința sa de a iubi pe oameni, așa cum Hristos ne-a iubit pe noi, care a primit, de altfel, moartea din dragoste pentru noi: „Mai mare dragoste decât aceasta nimeni nu are, ca sufletul lui să și-l pună pentru prietenii săi” (Ioan 15, 13)²⁰⁹.

Dar a iubi înseamnă a ierta, și a ierta nu e cu putință fără ajutorul lui Dumnezeu, fără a te ruga pentru cel sau cei pe care vrei să-i ierți, pentru că iubirea este un atribut dumnezeiesc. „Cel ce nu iubește n-a cunoscut pe Dumnezeu, pentru că Dumnezeu este iubire.” (I Ioan 4, 8). Rugăciunea devine, astfel, nu doar un prilej de întâlnire, ci și de cunoaștere a lui Dumnezeu. Îl cunoaștem pe Dumnezeu prin aproapele nostru. Chiar El ne spune că: „Adevărat zic vouă, întrucât ați făcut unuia dintr-acești frați ai Mei, prea mici, Mie Mi-ați făcut” (Matei 25, 40).

În ceea ce privește importanța comuniunii dintre oameni, prin rugăciune părintele profesor Dumitru Stăniloae spunea că, pentru a ne întări credința și rugăciunea, avem nevoie de credința altor persoane, de unde rezultă și importanța săvârșirii Sfintei Liturghii, care, prin excelență, este starea deplină de comuniune a oamenilor cu Dumnezeu, prin rugăciune. Printr-o societate secularizată nu se înțelege o societate total necredincioasă, ci o societate în care rugăciunea este practică din ce în ce mai puțin, o societate în care se manifestă în mod vădit o indiferență față de rugăciune. Practic, cel care vrea să își păstreze credința trebuie să lupte cu influența mediului în care credința a slăbit pe de o parte, iar pe de altă parte, el trebuie să apere practica rugăciunii, trăind într-o societate în care aceasta s-a diminuat considerabil. Factorul social de odinioară care întărea credința și practica rugăciunii astăzi a devenit un mediu și factor de rătăcire²¹⁰.

Cităm, în cele ce urmează, una dintre rugăciunile rostite de părintele Antonie împreună cu ucenicii lui, pe care a încercat să-i învețe despre rugăciunea cea adevărată, care, înainte de toate, este un mijloc de a se afla împreună în fața tronului lui Dumnezeu:

„O, Doamne, nu știu ce să-ți cer; Tu singur știi ce-mi este de folos. Tu mă iubești mai mult decât știu eu să mă iubesc. Ajută-mă să-mi văd trebuințele cele adevărate care-mi sunt

²⁰⁷ Mitropolit Antonie de Suroj, *Făcând din viață rugăciune*, p. 105.

²⁰⁸ Schimarhimandrit Gabriel Bunge, *Mânia și terapia ei după avva Evagrie Ponticul sau Vinul dracilor și pâinea îngerilor*, traducere și cuvânt-înainte de diac. Ioan I. Ică jr., Editura Deisis, 2016, ed. a III-a (2002, ed. II; 1998, ed. I), p. 122.

²⁰⁹ Michel Evdochimov, *op. cit.*, p. 24.

²¹⁰ Pr. Dumitru Stăniloae, *Rugăciunea lui Iisus și experiența Duhului Sfânt*, Editura Deisis, Sibiu, 2003, p. 29.

ascunse! Nu îndrăznesc să-Ți cer nici cruce, nici mângâiere. Pot doar să Te aștept. Inima mea Ți-e deschisă. Vino și ajută-mă prin marea Ta milostivire, atinge-mă, curățește-mă și mă tămăduiește, smerește-mă și mă ridică! Cinstesc în tăcere voia Ta cea sfântă și căile Tale cele de nepătruns. Ție mă aduc jertfă. Toată nădejdea în Tine mi-o pun. Nu am altă dorință decât să împlinesc voia Ta. Învăță-mă cum să mă rog, roagă-Te Tu însuși în mine! Amin”²¹¹.

II.2.2. Rugăciunea, disciplină a trupului și hrană a minții, inimii și sufletului

Printre temele preferate ale Părintelui Antonie, își găsește un loc special și cea cu privire la educația inimii, pe care o consideră ca fiind centrul vieții noastre spirituale. Inima este și cea care oferă calitatea relației pe care noi o avem cu Dumnezeu și cu semenii²¹².

Psalmistul David, în Psalmul 50, se ruga lui Dumnezeu să zidească în ființa lui inimă curată și duh drept. Mântuitorul ne încredințează că sunt „Fericiți cei curați cu inima, că aceia vor vedea pe Dumnezeu” (Matei 5, 8). Părintele Antonie vorbește, în schimb, de o altfel de inimă cu care ne afișăm în relație cu Dumnezeu și cu aproapele.

Ne așteaptă Hristos la judecată și întrebările la care va trebui să răspundem se vor reduce de fapt la una singură: „Cât timp ai trăit pe pământ, inima ta a fost de piatră sau de carne vie?” Am fost vii și receptivi la nevoile aproapelui nostru sau am rămas reci precum o stană de piatră?²¹³.

O inimă de piatră nu se poate ruga, nu poate să simtă chemarea lui Hristos ascuns în omul de pe stradă, în cei aflați în nevoi, lipsuri sau boli. În fața acestor realități, o astfel de inimă se retrage în indiferență. A cuprinde pe celălalt în inima ta, prin rugăciune, înseamnă să-i oferi din timpul tău, să te jertfești și să simți durerea lui ca pe propria ta durere. Pentru a putea dobândi această compasiune față de ceilalți, este nevoie de o anumită disciplină a inimii în raport cu mintea, susținută de o voință puternică, rugăciune și credință.

Lumea modernă a pierdut sensul real al rugăciunii și a uitat că a te ruga implică o anumită stare de trezvie a minții, care trebuie să se reflecte într-o mișcare a trupului. Nu poate fi un dezechilibru între trup și suflet pentru că ele constituie omul în întregime. Omul nu este un suflet care trăiește într-un trup, ci este om alcătuit din trup și suflet. Atunci când ne așezăm la rugăciune în fața lui Dumnezeu, nu putem sta oricum, nu poți sta relaxat pe canapea și în același timp să pretinzi că te rogi ca și când Hristos ar fi de față. Atitudinea minții față de

²¹¹ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Rugăciunea vie*, p. 168.

²¹² Idem, *Taina vindecării*, p. 28.

²¹³ Idem, *Taina iertării. Taina tămăduirii*, p. 51.

prezența lui Dumnezeu căruia I te adresezi prin rugăciune trebuie să se reflecte într-o poziție cuviincioasă a trupului²¹⁴.

Legătura dintre trup și suflet, așa cum a rânduit-o Dumnezeu în om, face ca acestea să nu poată acționa în mod autonom unul față de altul. De aceea, nu întâmplător Sfinții Părinți au spus că: „Dacă trupul nu se nevoiește la rugăciune, atunci rugăciunea va rămâne neroditoare”²¹⁵.

În acord cu învățătura Sfinților Părinți, Mitropolitul Antonie spune că, pentru a fi pregătit să faci acel efort mental de a sta înaintea Dumnezeului celui Viu, care privește în inima ta fără ca tu să-L poți vedea cu ochii trupești, de a vorbi cu El sau de a sta pur și simplu într-o tăcere și liniște adâncă în prezența Lui, este nevoie ca și inima ta să dorească acest lucru și trupul să răspundă acestei dorințe printr-o atitudine echilibrată. Rugăciunea curată implică exercițiul minții, a inimii și a trupului fără de care ea nu poate atinge o treaptă mai înaltă²¹⁶.

Este cunoscut faptul că într-un trup îmbuibat nu încap rugăciunea, nici atenția sau concentrarea nu sunt posibile. De aceea, marii trăitori ai pustiei a căror existență era strict legată de rugăciune duceau o viață aspră cu post, alimentație săracă, dar cu măsură, cu muncă fiecare după puterea lui, și cu somn puțin. Minte și inima erau la Dumnezeu. Cu rațiunea judecau cele ce aveau de făcut și cu trupul lucrau, împletind munca cu rugăciunea.

Un părinte din Pateric spunea: „plăcerea omenească, toată felurimea omului o ucide, adică așezarea sufletească, sau orice obicei îmbunătățit, și-l lasă pe dânsul uscat”, adică pământ neroditor²¹⁷.

Fără o disciplinare a trupului, este greu ca cineva să se poată ruga, ceea ce arată strânsa legătură dintre minte, inimă și trup. Omul în stare de rugăciune curată participă ca întreg și nu doar în parte pentru că atunci înseamnă că de fapt nu este prezent total în dialog cu Hristos căruia i se adresează. Mulți dintre noi ne trezim, adesea, citind rugăciunea cu ochii în timp ce mintea zboară în toate părțile, antrenată de gânduri și imaginație, și inima asistă rece la acest film ce se desfășoară în interiorul nostru. Conștientizând acest lucru, putem ulterior să vedem că de aici, din acest punct începe lupta din timpul rugăciunii, de a unifica toate atributele ființei noastre și de a le pune în slujba lui Dumnezeu.

Hristos, spune Vlădica Antonie, ar trebui să fie prezent în inima și mintea noastră în tot timpul²¹⁸.

²¹⁴ Idem, *Rugăciunea vie*, p. 23.

²¹⁵ Ilarion Alfeyev, *Rugăciunea – Întâlnire cu Dumnezeul cel Viu*, p. 42.

²¹⁶ Mitropolit Antonie de Suroj, *Asceza și căsătoria*, p. 21.

²¹⁷ *Everghetinosul*, volumul III-IV, p. 127.

²¹⁸ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Rugăciunea vie*, p. 25.

Pentru a împli însă acest lucru, este nevoie de disciplină despre care Vlădica Antonie spune că, dacă o aplicăm, la rugăciune: „înseamnă o pregătire a minții care trebuie să devină capabilă de atenție susținută; înseamnă o pregătire a inimii ce devine capabilă de credincioșie dar și pentru că mintea și inima depind atât de mult de hotărârea noastră, de voința noastră, cât și de condiția trupului nostru, deci trebuie să ne gândim la o educare a voinței și a trupului”²¹⁹.

Iisus Hristos a luat trup omenesc, a trăit printre noi și ne-a lăsat spre învățătură modelul vieții Sale, cuvintele, gesturile și faptele Sale, o parte dintre ele fiind fixate în scris, în Sfânta Evanghelie. Pentru a înțelege mesajul cuprins în paginile ei, este nevoie ca omul să fie preocupat de modelarea minții și a inimii lui pentru a putea pătrunde în Duhul cuvintelor lui Dumnezeu adresate nouă pentru că știm faptul că întreaga Sfântă Scriptură a fost scrisă în duh și în adevăr. Cât timp suntem departe de aceste coordonate, nu avem cum să înțelegem corect și să ne folosim de aceste mărgăritare, pe care le avem puse la dispoziția noastră.

Aceste considerente au stat la baza a ceea ce dorea să transmită Vlădica Antonie, atunci când spunea: „să ne modelăm mintea și inima pentru ca să dobândim cugetul lui Hristos - meditând la Evanghelii, să înțelegem cu o minte neîntinată ce a spus Domnul, conform adevărului, și nu ceea ce dorim noi să fi spus”²²⁰.

Invitați fiind să lucrăm cu mintea și inima noastră, nu putem decât să alergăm la Sfinții Părinți, de la care putem învăța acest meșteșug de mare preț pentru viața noastră spirituală.

În acest sens, Părintele Antonie spune că deși întrebuințăm rugăciunile Sfinților Părinți pe care le regăsim în cadrul pravilei de dimineață și cea de seară sau în cadrul slujbelor, prin ele putem învăța cum să ne apropiem de Dumnezeu, ce dispoziție a inimii și a minții să avem înaintea lui Dumnezeu pentru ca „El să ne poată folosi ca pe un instrument muzical și să cânte pe corzile acordate la tonalitatea potrivită o melodie tot mai bogată despre frumusețe și sfințenie”²²¹.

El chiar recomanda ca rugăciunile ortodoxe de seară și de dimineață să fie citite zilnic, pentru că ele nu au fost alcătuite într-un birou ci au „țâșnit ca sângele sau ca un urllet agonice, sau ca un strigăt de bucurie din inimile unor bărbați și femei vii. Mai întâi, adresează-te sfântului care a scris rugăciunea și cere-i să se roage împreună cu tine, astfel încât să poți trăi și tu o fărâamă din experiența lui și să îți poată duce rugăciunea anemică la Dumnezeu”²²².

²¹⁹ Idem, *Doamne, fii cu noi!*, p. 196.

²²⁰ Idem, *op. cit.*, p. 29.

²²¹ Idem, *Asceza și căsătoria*, p. 32.

²²² *Ibidem*, p. 339.

Conținutul rugăciunilor trebuie să ni-l impropriem, să vedem cu care dintre ele rezonăm sau care sunt cuvintele care se pliază pe inima noastră așa încât rugăciunile noastre să nu se transforme într-un act mecanic de lecturare a unor texte, ci ele să devină un dialog viu și personal dintre noi și Dumnezeu, Căruia Îi oferim inima noastră cu bucuriile și necazurile ce trec prin ea. Altfel, cum spunea într-un interviu vrednicul de pomenire Părintele Teofil Păraian, nu facem din rugăciune decât un exercițiu de citire.

Adevăratul scop al rugăciunii nu este acela de a citi o slujbă de la un capăt la altul ca să ne încadrăm într-un timp anume, ci rolul ei este să trecem cu toată ființa noastră prin ceea ce vrea să transmită acea slujbă de care ar trebui să fim mișcați²²³.

Vlădica Antonie sugera ucenicilor lui că este important să te întrebi care dintre cuvintele întâlnite în rugăciunile pe care le rostești din cărți au un rost pentru tine ca să i le poți oferi din toată inima lui Dumnezeu având în vedere că nu îți aparțin. Este foarte important ca aceste cuvinte să îți poată atinge inima așa încât atenția și concentrarea minții asupra lor să fie una ușoară și reală. Doar în măsura în care inima nu a rămas în afara cuvintelor pe care le rostești în rugăciune, acestea pot fi primite de Dumnezeu ca un semn al iubirii tale²²⁴.

Mitropolitul Antonie avea acea finețe duhovnicească prin care descoperea cât de falși suntem, cât de formal împlinim voia lui Dumnezeu și cum privim adesea realitățile duhovnicești din exterior și nu trecute prin inimă.

Îi plăcea să amintească ucenicilor lui despre pilda tigrului. Îl admirăm cum se plimbă liniștit prin cușcă, gustăm frumusețea și măreția lui și, deodată, vedem că poarta este descuiată și ne trezim cu tigrul în fața ochilor. Cu siguranță că într-o astfel de situație ne-am schimba radical atitudinea față de el, nu am mai fi atât de relaxați și plini de entuziasm. La o astfel de schimbare de atitudine ne îndeamnă Vlădica Antonie, atunci când citim Scriptura²²⁵.

Cuvântul lui Dumnezeu, adesea, ne încântă inima, ne bucură sufletul, uimește mintea, însă când se pune problema de a-l și împlini, atunci în fața unor îndemnuri, porunci sau sfaturi date de Dumnezeu nouă, rămânem blocați, precum cel aflat în fața tigrului eliberat din cușcă.

Sfânta Scriptură este mereu actuală și se adresează tuturor oamenilor până la sfârșitul veacurilor, și nu de puține ori, un cuvânt, o frază, o învățătură sau o istorioară din Evanghelie a constituit sămânța care a căzut pe terenul bun al inimilor celor care mai târziu au ajuns să-și

²²³ *Ibidem*, p. 35.

²²⁴ *Idem*, *Școala rugăciuni*, p. 66.

²²⁵ Michel Evdochimov, *op. cit.*, p. 62.

sfințească întreaga viață. Ei sunt cei care au fost în stare să audă și să vadă, să înțeleagă și să lase să înflorească, în viața lor, cuvântul lui Dumnezeu²²⁶.

La această pregătire a terenului inimii, suntem chemați și noi cei de azi, ca semințele rugăciunii, credinței și a oricărui efort duhovnicesc să găsească loc în care să prindă rădăcini și mai târziu să ofere și roade.

Mitropolitul Antonie, făcând o radiografie a sufletului, spunea că „Rugăciunea începe în momentul în care descoperim acel gol creat de Dumnezeu în adâncul sufletului nostru”²²⁷.

Despre acest adânc al sufletului nostru ne vorbește Mântuitorul, când spune: „Tu însă, când te rogi, intră în camera ta și închizând ușa ta, roagă-te Tatălui tău Celui într-ascuns.” (Matei 6, 6).

Mitropolitul era de părere că atâta timp cât Hristos este privit ca pe un adaos la nevoile noastre de zi cu zi și nu ca Cel fără de care nimic nu există, ne va fi foarte greu să-L întâlnim²²⁸.

Hristos Își găsește loc în inimile celor care Îl primesc, care Îl cheamă și care Îi oferă ieslea sufletului lor, unde să poată să Se nască. În lipsa Lui, sufletul rămâne gol. Este gol pentru că este de natură divină și nu-l putem umple cu nimic din cele exterioare. Vlădica Antonie vrea să ne spună că de la această stare de goliciune sufletească începe, de fapt, rugăciunea, care nu este altceva decât un strigăt de dor și un suspin al inimii care caută pe Dumnezeu.

Rugăciunea mai poate avea ca punct de plecare momentul când ne dăm seama că foamea de care suntem cuprinși nu poate fi satisfăcută doar cu hrană pământească²²⁹.

De acest adevăr a amintit Hristos când a zis că „nu numai cu pâine va trăi omul, ci cu orice cuvânt al lui Dumnezeu.” (Luca 4, 4). Există o foame neînțeleasă de omul contemporan, o foame a sufletului. Preocupați de multe lucruri exterioare, încercăm, adesea, să satisfacem această foame sufletească prin plăceri de tot felul, printr-o goană exagerată după cele materiale. Realitatea dovedește că tot efortul nostru de acest fel este în zadar și foamea de care ziceam nu dispare. Apar momentele de criză în viața noastră, când, ajunși în pragul deznădejdiei, începem să căutăm liniștea și pacea sufletului. Vlădica Antonie, aflat într-o astfel de situație, a reușit să-L întâlnească pe Hristos și astfel a aflat hrana cea vie a sufletului său.

Odată aflat acest izvor de Viață, Mitropolitul Antonie s-a străduit să-L facă cunoscut și celorlalți. El nu a vorbit unei mulțimi anonime, ci unei persoane, „omului de pe stradă”, care

²²⁶ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Taina iubirii*, p. 35.

²²⁷ Idem, *Făcând din viață rugăciune*, p. 58.

²²⁸ Idem, *Rugăciunea vie*, p. 24.

²²⁹ Idem, *Făcând din viață rugăciune*, p. 59.

suferea adesea fără să știe care este cauza suferinței lui, de o foame duhovnicească. Sufletul însetat de Dumnezeu caută izvorul vieții pentru a se adăpa caută un prilej ca prin rugăciune să intre în comuniune cu Dumnezeu²³⁰.

„Împărate Ceresc, Mângâietorul...” zicem noi în cadrul rugăciunilor începătoare. Dacă ne-am ruga așa încât să putem simți în inimile noastre mângâierea Lui, atunci am fi bucuroși și am ști că într-adevăr Duhul adevărului s-a sălășluit în noi și că Dumnezeu ne-a ascultat cererea.

Odată sălășluit acest Duh Sfânt întru noi, este foarte important să fim mereu prezenți, nemișcați și atenți, vii față de orice imbold al duhului, într-o stare de trezvie față de tot ceea ce ne trimite Dumnezeu în viața noastră și în același timp relaxați pentru a putea primi orice impresie și situație ce se va întâmpla într-o anumită împrejurare fără să așteptăm ca totul să se petreacă așa cum vrem noi pentru că „Duhul Sfânt este ca o pasăre foarte timidă. El Se pogoară asupra ta. Nu trebuie să-L tulburi. Lasă-L să Se așeze. Lasă-l să aibă încredere în tine, fiindcă altminteri El va zbura”²³¹.

Rugăciunea își are două izvoare în învățăturile Mitropolitului Antonie: „uimirea și tragedia”²³².

Niciodată, rugăciunea care vine din adâncul sufletului nu izvorăște dintr-o stare neutră, intermediară, ci întotdeauna, ea are la bază fie o stare de fericire, de uimire, fie o mare întristare²³³.

Vlădica Antonie ne învață cum poate fi educat sufletul omului, sensibil la toate stările prin care trece fie cele de bucurie, fie de tristețe, să se roage. Referindu-ne la primul izvor al rugăciunii, Vlădica ne învață că atunci când sufletul este cuprins de uimire în fața frumuseților lumii acesteia cu care Dumnezeu a înzestrat pământul, poate să-și îndrepte această stare de uimire spre Dumnezeu slăvindu-L pentru toate câte ne-a dat nouă. În acest fel, o stare de bucurie poate deveni o rugăciune de slavă adusă lui Dumnezeu.

Dogmaștii ne vorbesc de revelația naturală ca punct de plecare în cunoașterea lui Dumnezeu. Psalmistul David spunea foarte frumos că: „Cerurile spun slava lui Dumnezeu și facerea mâinilor Lui o vestește tăria” (Psalmi 18, 1). Având în vedere acest mod de a privi lumea, omului, aflat în centrul operei lui Dumnezeu îi este foarte ușor să facă din întreaga sa viață o rugăciune. Dăm slavă lui Dumnezeu dimineața pentru că ne-a oferit în dar încă o zi, iar seara îi mulțumim pentru că ne-am putut împărtăși din acest dar.

²³⁰ Michel Evdochimov, *op. cit.*, p. 16.

²³¹ Mitropolit Antonie de Suroj, *Asceza și căsătoria*, p. 25.

²³² Idem, *Făcând din viață rugăciune*, p. 106.

²³³ Idem, *Școala rugăciuni*, p. 73.

Omul, în ochii lui Dumnezeu, are o valoare sacră, fiind zidit de El și înrudit cu El și îl iubește cu o iubire dusă până la jertfa Sa pe cruce împreună cu întreaga lume pe care a creat-o. Vlădica Antonie vine și ne spune că rugăciunea este un real prilej prin care noi ne putem exprima recunoștința față de Dumnezeu pentru întreaga Lui creație, pentru faptul că în ochii Lui, fiecare om reprezintă o valoare cu caracter veșnic. A nu ne ruga înseamnă a plasa în afara existenței noastre realitatea lumii prețuite de Dumnezeu în care noi trăim și care este din păcate ignorată de mulți dintre noi²³⁴.

Viața omului, totuși, nu este o înșiruire de clipe frumoase marcate de bucurii repetate, ci este o luptă între bine și rău și mereu sufletul și inima trec dintr-o stare în alta de la satisfacție la neîmplinire, de la bucurie la tristețe. Plecând de la această realitate, un al doilea izvor al rugăciunii despre care vorbește Mitropolitul Antonie este tragedia. În fața problemelor vieții, omul aleargă la Dumnezeu, cerându-I ajutor ca să le depășească. Dacă în prima situație rugăciunea decurge firesc, mai ușor am putea spune, atunci când omul se află într-un necaz este pândit de mai multe primejdii așa încât rugăciunea este mai greu de înfăptuit. Spunem acest lucru deoarece la poarta sufletului bat disperarea, deznădejdea, descurajarea, neîncrederea, judecata stări ce nu pot fi biruite decât prin rugăciune, iar acum rugăciunea nu mai este un prilej de bucurie ca atunci când contemplăm frumusețile lui Dumnezeu, ci este un adevărat război dus de om cu puterile întunericului.

La acest război se referă Mântuitorul, când spune: „Căci lupta noastră nu este împotriva trupului și a sângelui, ci împotriva începătoriilor, împotriva stăpânilor, împotriva stăpânitorilor întunericului acestui veac, împotriva duhurilor răutății, care sunt în văzduh” (Efeseni 6, 12), îndemnându-ne să ne înarmăm cu arme duhovnicești. Rugăciunea este una din aceste arme și are puterea de a transforma o stare neplăcută într-un strigăt de ajutor către Dumnezeu.

Legat de acest lucru Sfântul Nicodim Aghioritul spunea: „Câmpul de bătălie este inima noastră... Durata războiului este toată viața noastră”²³⁵.

Rugăciunea menită să ajungă la Dumnezeu, după cum ne învață Sfinții Părinți, cunoaște două mari obstacole în acest drum și anume gândurile și imaginația. Cu acestea două, cel care dorește să dobândească rugăciunea curată are de dus o luptă permanentă.

Ancorat în lupta aceasta, Vlădica Antonie cere și primește de la părintele său duhovnicesc Atanasie un sfat pentru care mai târziu îi va fi profund recunoscător. A fost învățat ca atunci când nu mai reușește să-și adune gândurile și sentimentele, înainte de a

²³⁴ Idem, *Făcând din viață rugăciune*, p. 104.

²³⁵ Ierod. Paraschiv Cleopa, arhim. Mina Dobzeu, *Rugăciunea lui Iisus. Unirea mintii cu inima și a omului cu Dumnezeu*, Editura Agaton, Făgăraș, 2007, p. 65.

merge la culcare, să facă cinci închinăciuni și să se roage în felul următor: „Doamne, pentru rugăciunile celor care mă iubesc, mântuiește-mă și mă ocrotește”. Apoi, așezat în pat, să-și aducă aminte de toți cei care îl iubesc cu adevărat și să dea slavă lui Dumnezeu că sunt astfel de oameni, aici, pe pământ, cerându-I să-i binecuvinteze. Mergând pe firul acesta își va aduce aminte de părinți, prieteni, chiar și de unii Sfinți dragi și apropiați inimii lui sau poate Sfântul a cărui nume îl poartă și care de la Botez se roagă pentru el. Astfel, va intra în somn însoțit de sfinți, deasupra cărora este Dumnezeu și Maica Domnului. Atunci în inimă se va împlini cuvântul: „Eu dorm, dar inima mea veghează” (Cântarea Cântărilor 5, 2)²³⁶.

Aceasta este modalitatea de a adormi, pe care o recomandă Vlădica Antonie atunci când, din pricina greutăților, oboselii, împrăștierii nu te poți aduna, concentra la rugăciune, atunci când poate ai o dispoziție rea sau când boala a pus stăpânire pe trupul tău, când mintea zboară în toate părțile și inima este cuprinsă de durere.

O altă cale pe care o propune Părintele Antonie în fața acestor probleme este cuprinsă în cuvintele: „Faceți din rugăciune o chestiune de cantitate când nu puteți face una de calitate”²³⁷.

Face trimitere, astfel, la rugăciunea ascetică, în care omul se roagă indiferent dacă are o dispoziție pozitivă sau nu. E de preferat să nu se renunțe la rugăciune în astfel de momente deoarece această stare de indispoziție poate persista un timp îndelungat și astfel omul se lipsește pentru mult timp de rugăciune.

Într-un cuvânt rostit de Vlădica Antonie în data de 2 septembrie 1967, referindu-se la rugăciunea din zilele noastre, spunea că viața și rugăciunea sunt două realități care nu pot fi despărțite deoarece, fără rugăciune se pierde din vedere o dimensiune importantă a vieții și anume cea a veșniciei și a nemărginirii²³⁸.

Este vorba de faptul că, prin creație, omul are o constituție dihotomică, conform căreia suntem alcătuiți dintr-un trup vremelnic și un suflet a cărui viață este veșnică. Adesea, în mod greșit, rezumăm viața doar la ceea ce se vede, la o singură dimensiune a noastră și anume cea trupească. Asupra acestui risc de a induce viața sufletului în anonimat, într-un cadru al uitării sau indiferenței vroia Vlădica Antonie să atragă atenția ucenicilor lui.

În virtutea acestui fapt, el considera că rugăciunea ia naștere în sufletul omului atunci când acesta conștientizează că lumea vizibilă, realitatea fizică în care trăiește este marcată de

²³⁶ Antonie de Suroj, *Taina vindecării*, p. 44.

²³⁷ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Rugăciunea vie*, p. 124.

²³⁸ Idem, *Făcând din viață rugăciune*, p. 103.

profunzimi, că dincolo de ea este înconjurat totodată și de o realitate nevăzută în care este prezent Dumnezeu²³⁹.

Învăța, de fapt, că, dacă privim omul prin perspectiva sufletului său, viața are o dimensiune veșnică, iar la această viață veșnică se poate conecta doar prin rugăciune. Altfel omul ar trăi o viață dedicată în mod exclusiv lumii materiale celei trecătoare și pierde din vedere faptul că dincolo de realitatea prezenței lui fizice deține în mod nevăzut o realitate tainică sădită de Dumnezeu în interiorul lui prin creație. De aici decurge, în mod firesc, și valoarea rugăciunii sau importanța prezenței ei în viața noastră fără de care, cum am văzut, am trăi superficial sau incomplet și, de ce nu, într-un mod paradoxal izolat de ceilalți, chiar dacă ne aflăm fizic printre ei. Ne vom afla, astfel, într-o relație formală, în care nu-l privim pe aproapele în dimensiunea lui întregă, ci doar într-o dimensiune văzută, cea trupească.

Este posibil să avem ochi și totuși să nu vedem, după cum aflăm din cuvintele lui Dumnezeu descoperite lui Iezechiel „aceștia au ochi ca să vadă, dar nu văd” (Iezechiel 12, 2) sau este posibil să nu vedem cu ochii trupești, dar să avem o vedere lăuntrică vie.

Reprezentativ, în acest sens, este Bartimeu, orbul. El trăia suferința neputinței de a vedea lumina zilei și aude într-o zi de Cel ce este izvorul luminii, Iisus Hristos, care se afla în trecere pe lângă poarta Ierihonului, unde el își trăia zilele din mila celorlalți. Atunci, cu ultimele sale puteri strigă către Acesta: Iisuse, Fiul lui David, miluiește-mă! (Marcu 10, 47). Învățăm, de la el, că pentru a fi ascultată rugăciunea noastră de Dumnezeu, este necesar să ne întoarcem spre El cu toată inima ca la ultima noastră scăpare, lăsând în urmă orice sursă oricât de mică de ajutor din altă parte. Stăruința, alături de credință, sunt alte două resorturi sufletești interioare, cu care trebuie susținută rugăciunea, pentru a fi ascultată.

Acest strigăt din inimă al lui Bartimeu va sta la baza celei mai rostite rugăciuni din rândul creștinilor ce și-au dăruit viața și inima lui Hristos și care alături de rugăciunea vameșului „Dumnezeule, fii milostiv mie, păcătosului” (Luca 18, 13) a dat naștere rugăciunii lui Iisus: „Doamne Iisuse Hristoase, Fiul lui Dumnezeu, miluiește-mă pe mine păcătosul”²⁴⁰.

Vlădica Antonie vede în această rugăciune o mărturisire de credință deplină și desăvârșită, dar în același timp, un bun tovarăș și prieten aflat mereu la îndemâna celor care se străduie prin închinare să se mențină în prezența lui Dumnezeu. În ciuda repetițiilor sale monotone, această rugăciune este foarte personală și are menirea de a ne așeza în fața lui Dumnezeu într-un singur gând și anume acela al minunii că suntem în prezența lui Dumnezeu

²³⁹ Idem, *Rugăciunea care aduce roade*, p. 27.

²⁴⁰ Alphonse și Rachel Goettmann, *op. cit.*, p. 9.

și că El este cu noi într-o relație intimă în care nu mai este loc de nimeni în afară de El și noi²⁴¹.

Rugăciunea lui Iisus reprezintă un rezumat al Evangheliilor în ansamblul lor și este, totodată, o rugăciune a statorniceii în care gândul nu trece de la o idee la alta, este o rugăciune care ne pune față către față cu Dumnezeu într-o mărturisire de credință²⁴².

Vlădica face o diferență clară între meditație, ca activitate a gândirii, necesară, de altfel, omului pentru a înțelege realități ale vieții duhovnicești, regăsite în rândurile scrierilor Sfinților Părinți sau în cadrul Sfintei Scripturi, și rugăciune care este refuzul oricărei gândiri. Nu poți să te gândești la Dumnezeu în timpul rugăciunii, uitând că tu, de fapt, te afli deja în prezența Lui. Rugăciunea, în esența ei, te așează față către față cu Dumnezeu. În dialogul pe care îl porți cu El, trebuie să-ți păstrezi mintea, inima și voința neîmprăștiată²⁴³.

Sfinții Părinți spun că imaginația este puntea dracilor în timpul rugăciunii, iar părintele arhimandrit Cleopa spunea că Dumnezeu, Cel care a făcut Cerul și Pământul, nu poate fi închipuit de nimeni pentru că nimeni nu L-a văzut. Cu cât încercăm să ni-L imaginăm pe Hristos în mai multe detalii cu atât de fapt vom fi mai departe de El. În timpul rugăciunii, atenția trebuie să se îndrepte pe cuvintele rugăciunii, pe înțelegerea lor și nu pe imaginea celor descrise de acestea.

Dacă atunci când te rogi plăsmuiești în mintea ta un Dumnezeu imaginar, te afli în situația în care, de fapt, așezi un idol între tine și Dumnezeul cel adevărat²⁴⁴.

Atenția, la rândul ei, are nevoie de antrenament și de exercițiu. Mintea trebuie antrenată în atenție și acest lucru se poate realiza cu ajutorul unei rugăciuni scurte, alcătuită din cuvinte puține asupra căreia trebuie stăruit. Este nevoie să se răspundă cu inima la cuvintele rugăciunii. Doar așa suntem prezenți în rugăciune²⁴⁵.

„Roadele rugăciunii nu constau într-o stare emoțională sau alta, ci într-o schimbare profundă a întregii noastre personalități”²⁴⁶.

Vlădica Antonie, în acord cu învățătura Sfinților Părinți, nu consideră că emoțiile sau trăirile din timpul rugăciunii sunt cele care dau valoare acesteia, ci, mai degrabă, voința permanent antrenată de a fi într-o stare de prezență în mod conștient în fața lui Dumnezeu, hotărât de a trăi în ascultare de El și în acord cu învățătura Lui. Acest lucru implică și o

²⁴¹ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Rugăciunea vie*, p. 120.

²⁴² Idem, *Școala rugăciunii*, p. 78.

²⁴³ Idem, *Rugăciunea care aduce roade*, p. 39.

²⁴⁴ Idem, *Școala rugăciunii*, p. 59.

²⁴⁵ Idem, *Doamne, fii cu noi!*, p. 198.

²⁴⁶ Idem, *Rugăciunea vie*, p. 87.

convertire a omului, o întoarcere către Dumnezeu, o schimbare a minții și o hotărâre puternică de a rămâne statornic în acestea.

II.2.3. Cum faci din viață o rugăciune lucrătoare

Rugăciunea, din punct de vedere creștin, este, prin ea însăși, rugăciunea lui Hristos. El se roagă Tatălui Său neîncetat, din neam în neam, prin cei care se fac mădulare vii ale Lui prin har și prin participare la dumnezeire. Prin această rugăciune, Fiul cere continuu să se facă voia Tatălui și să se împlinească conform planului Său. Viața de rugăciune a creștinului, privită din acest punct de vedere, devine o luptă permanentă împotriva a tot ceea ce nu este propriu lui Hristos²⁴⁷.

Astfel, rugăciunea poate fi un act de jertfă, o mână caldă oferită celui aflat în suferință, un cuvânt de încurajare, o îmbrățișare, o renunțare la tine, ca celălalt să se poată ridica, o renunțare la viața ta, ca celălalt să trăiască după îndemnul Mântuitorului care spune că „Mai mare dragoste decât aceasta nimeni nu are, ca sufletul lui să și-l pună pentru prietenii săi” (Ioan 15, 13). La o astfel de viață de rugăciune îndeamnă Vlădica Antonie să ne ridicăm.

În acest sens, el relatează o întâmplare din istoria Rusiei, când, în timpul războiului, o femeie cu doi copii riscă să-și piardă viața. Soțul ei făcea parte din cadrul armatei și inamicii din tabăra adversă ocupaseră orașul în care se afla soția și copiii lui, care urmau să fie împușcați. Vecina ei, o femeie de vreo 20 de ani, care știa de acest lucru, se duce și îi spune să fugă împreună cu copiii ei, pentru că altfel vor muri. Mai mult decât atât, se și oferă să rămână în locul ei și să se recomande cu numele ei când vor veni să o ridice, motivându-și gestul prin faptul că ea nu avea copii. Dintr-o simplă vecină, acum devine aproapele despre care vorbește Hristos în Evanghelie²⁴⁸.

Jertfa este o rugăciune vie prin faptul că oferă celuiilalt o șansă, un ajutor real, și mai ales pentru că prin ea ne apropiem de asemănarea cu Hristos care ne-a răscumpărat prin jertfa Sa pe cruce.

Trebuie să înțelegem că Dumnezeu Cel răstignit nu va sta pe cruce la nesfârșit, ci așteaptă ca fiecare dintre noi, într-un anumit moment al vieții, să ne luăm propria noastră cruce. Conștienți de slăbiciunile firii noastre, pentru a putea împlini acest lucru este important să ne rugăm lui Dumnezeu să ne dea puterea de a o purta²⁴⁹.

²⁴⁷ Idem, *Rugăciunea care aduce roade*, p. 83.

²⁴⁸ Idem, *Taina iubirii*, p. 45.

²⁴⁹ Idem, *Școala rugăciunii*, p. 85.

Părintele Antonie vrea să ne atragă atenția că adesea fugim de cruce. Luăm din cuvintele Mântuitorului adresate nouă doar ceea ce ne place, ceea ce ne convine, sau ceea ce este mai ușor de împlinit, cum spunea cineva, alergăm după Hristos cel care înmulțește pâinile și peștii, însă după Hristosul cel răstignit nu aleargă nimeni. Or, asemănarea cu Dumnezeu implică și crucea, iar crucea asumată este o rugăciune vie, și nu una doar rostită.

„Este esențial, după părerea mea, să devenim conștienți că obiectul rugăciunii noastre și cel căruia i se adresează nu este întotdeauna Dumnezeu”²⁵⁰. Să te rogi chiar și în mijlocul furtunii, spunea Vlădica Antonie.

În viziunea Mitropolitului, este esențial să ai curajul de a te ruga atunci când valurile vieții sunt mari și greu de suportat, să nu-ți iei privirea de la Hristos, precum odinioară Petru, în timp ce se afla pe apa învolburată. Omul zilelor noastre, care este asaltat de progresul tehnologic, de viteză, imagine, performanță, este chemat ca, în mijlocul atâtor provocări, să nu-L piardă din vedere pe Dumnezeu, ca să nu se scufunde și să se înece în grijile lumii. Să fim conștienți de faptul că atâta timp cât Hristos, prin întrupare, a luat asupra Sa firea noastră cu toate slăbiciunile ei, afară de păcat, a trecut prin chinurile cele mai grele, până la moartea pe cruce, pentru El nu există suferință omenească pe care El să nu o fi trăit mai înainte. De aici avem și certitudinea și încrederea că în fața suferinței nu suntem singuri și că El, pătimind împreună cu noi, ne va izbăvi după dreapta Lui socoteală fiind Cel care nu pune pe umerii noștri o cruce mai mare decât cea pe care o putem duce.

Hristos pătimește împreună cu noi, spune Vlădica Antonie și atunci când ne rugăm pentru un necaz anume, să nu ne adresăm lui Dumnezeu de la care așteptăm izbăvirea ca și cum El ar acționa de undeva din exterior. Ci să ne adresăm Lui ca Celui care suferă împreună cu noi și care știe foarte bine necazul ce ne-a cuprins și așa conștienți că nu suferim singuri să-i cerem ajutorul. Hristos este Cel care face ca orice suferință ce ne-a marcat viața să aibă un sens, să nu ne pară rău, să știm că toate au avut un scop precis pe care dacă acum nu-l știm, totuși într-o zi îl vom afla²⁵¹.

Hristos nu este străin de noi deoarece se află înlăuntrul nostru și prin faptul că suferă odată cu noi, deja durerea este mai ușor de suportat. De aici, vedem caracterul viu al rugăciunii care își arată roadele în mod vizibil în viața noastră și pe care suntem datori să o facem lucrătoare și dincolo de granițele propriei noastre persoane.

În acest sens, Vlădica Antonie spunea că rugăciunea este, în esența ei, un angajament. De aceea când ne rugăm pentru aproapele nostru aflat în necaz sau boală dacă nu suntem noi

²⁵⁰ Michel Evdochimov, *op. cit.*, p. 133.

²⁵¹ Mitropolit Antonie de Suroj, *Făcând din viață rugăciune*, p. 56.

înșine pregătiți să-l ajutăm atunci rugăciunea noastră este departe de a fi o rugăciune adevărată. Trebuie să răspundem precum Isaia lui Dumnezeu: „Pe cine îl voi trimite și cine va merge pentru Noi?” Și am răspuns: „Iată-mă, trimite-mă pe mine!” (Isaia 6, 8)²⁵².

Hristos și omul se află mereu într-o împreună lucrare și niciodată separați unul de celălalt, iar adevăratul creștin se străduie să fie asemeni Lui, să-L urmeze în toate, nu doar să fie beneficiarul sprijinului Său în rezolvarea propriilor interese.

Am văzut că rugăciunea îl implică neapărat pe celălalt. Sfântul Teofan Zăvorâtul spune, în acest sens, că a avea duhul lui Hristos înseamnă a avea deplină lepădare de sine și a fi gata să te jertfești spre slava lui Dumnezeu și spre binele aproapelui²⁵³.

Rugăciunea, pentru Mitropolitul Antonie, reprezintă o stare de bucurie, de liniște, de pace. Așa cum în perioada persecuțiilor comunitățile creștine se adunau la rugăciune și se bucurau de acele momente în care erau uniți sub același crez, tot așa și pentru oamenii zilelor noastre ar trebui ca rugăciunea să fie un prilej de bucurie. El ne atrage atenția că nu ne mai bucurăm de prezența aproapelui, nu-l mai cuprindem în noi, și în rugăciunile noastre, că nu suntem purtători ai bucuriei²⁵⁴.

Cel mai simplu test sau proces de conștiință prin care putem verifica pe unde ne aflăm în ceea ce privește roadele lucrării rugăciunii și a credinței în viața noastră este să ne întrebăm dacă suntem cu adevărat purtători ai bucuriei pentru că „roada Duhului este dragostea, bucuria, pacea...” (Galateni 5, 22). Lipsa acestora este un semn că rugăciunile noastre nu și-au atins ținta și nu am dobândit încă darul bucuriei de la Dumnezeu pentru că toate acestea despre care vorbea Sfântul Apostol Pavel Galatenilor sunt daruri ale Duhului Sfânt.

În contextul celor spuse mai sus Vlădica Antonie învață că: „O rugăciune spune ceva doar în măsura în care este trăită”²⁵⁵.

A face din viață rugăciune înseamnă a împlini cuvintele pe care Dumnezeu ni le adresează nouă prin diferite căi: fie prin Sfânta Scriptură, fie prin duhovnicul nostru, fie prin aproapele nostru sau chiar prin cuvintele unor rugăciuni²⁵⁶.

Este știut faptul că Dumnezeu nu așteaptă de la noi o rugăciune săvârșită în mod mecanic sau o simplă lectură din cărțile de rugăciuni, ci așteaptă de la noi să fim prezenți în acele rugăciuni. Simpla lecturare a psalmilor nu înseamnă că ne rugăm, spunea într-un interviu vrednicul de pomenire părintele Teofil Păraian, ci asumarea lor în viața noastră, ca și

²⁵² Idem, *Rugăciunea vie*, p. 102.

²⁵³ Sfântul Teofan Zăvorâtul, *Cum să ne îmbogățim viața prin rugăciunea*, traducere de Adrian Tănăsescu-Vlas, Editura Sophia, București, 2014, p. 72.

²⁵⁴ Michel Evdochimov, *op. cit.*, pp. 96-98.

²⁵⁵ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Școala rugăciuni*, p. 76.

²⁵⁶ Idem, *Făcând din viață rugăciune*, p. 127.

când cuvintele psalmistului ar fi cuvintele noastre face ca ele să devină rugăciune rostită din adâncul inimii noastre. Cu alte cuvinte, cât timp rugăciunea rămâne un act exterior nouă, ea nu poate fi plăcută lui Dumnezeu.

În sensul acesta, Părintele Antonie, spunea: „Dumnezeu nu Se bucură atunci când ne rugăm în mod mecanic, fie de teama Lui, fie în nădejdea că ne va răsplăti într-un fel sau altul. O relație de dragoste nu poate fi relația unui rob sau a unui mercenar”²⁵⁷.

Omul, temându-se de suferință, refuză să mai iubească deoarece acest lucru înseamnă a se implica și a fi responsabil față de cei din jur, chiar a suferi alături de cei pe care îi iubește²⁵⁸.

Dragostea, una din cele trei virtuți teologice, urmată de credință și nădejde, este cea care face ca inima să răspundă la mesajul cuvintelor rostite în timpul rugăciunii. Ea este cea care îl scoate pe cel ce se roagă din anonim.

O altă problemă pe care o sesizează Vlădica Antonie este aceea că, pe de o parte, nu suntem convingători în rugăciunile pe care i le adresăm lui Dumnezeu, iar pe de altă parte, Îi cerem lui Dumnezeu să împlinească ceea ce de fapt noi putem face²⁵⁹.

Cerem lucruri mari lui Dumnezeu, însă pentru că dulceața păcatului încă persistă în noi, nu putem fi convingători în rugăciunile pe care le facem. Vrem să fim ajutați să ne izbăvim de o patimă însă nu de tot, sau nu imediat, ci mai târziu, după ce mai gustăm puțin din ea, sau vrem să fim izbăviți de o boală, însă nu eliminăm cauza care o alimentează din lipsă de voință, sau dintr-o stare în care ne complacem. Îl transformăm pe Dumnezeu într-un împlinitor de dorințe proprii. Prin rugăciunile noastre, Îi tot trasăm câte o listă de sarcini și așteptăm ca El să ni le împlinească în timp ce noi ne vedem de treburile noastre. Nu înțelegem că rugăciunea este o împreună lucrare cu Dumnezeu în care noi suntem datori să facem tot ceea ce ține de noi.

De aceea, Vlădica Antonie merge mai departe și ne dezvăluie o altă problemă și anume că, în realitate, noi ne ridicăm mintea la Dumnezeu doar atunci când avem nevoie de El când, de fapt, ar trebui să fie prezent în inima și mintea noastră în tot timpul²⁶⁰.

Spun Sfinții Părinți că rugăciunea fără faptă este moartă.

În acest sens, Vlădica Antonie afirmă că dacă cerem lui Dumnezeu să ne dea răbdare, atunci să nu ne așteptăm ca Dumnezeu să ia de la noi nerăbdarea și să pună în loc răbdare, ci așteptăm ca ceea ce am cerut noi, rugându-ne să transpunem în faptă. Omul trebuie să se așeze

²⁵⁷ Idem, *Doamne, fii cu noi!*, p. 190.

²⁵⁸ Idem, *Taina vindecării*, p. 30.

²⁵⁹ Idem, *Făcând din viață rugăciune*, p. 65.

²⁶⁰ Idem, *Rugăciunea vie*, p. 25.

în starea de a fi pregătit să primească ajutorul lui Dumnezeu, în timp ce se străduie, prin luptă, cu sine însuși, să dobândească ceea ce a cerut²⁶¹.

În funcție de ceea ce îi cerem lui Dumnezeu, El se va îngriji să așeze în viața noastră suficiente ocazii prin care noi să putem exersa și împlini ceea ce noi dorim de fapt ca Dumnezeu să ne dea. Prin urmare, dacă vrem răbdare, Dumnezeu ne va oferi suficiente situații în care să putem lucra răbdarea. În acest fel, rugăciunea se împletește cu fapta fără de care ea ar fi doar un dialog sterp care nu aduce și nu schimbă nimic în viața noastră.

„Când Îi spui lui Dumnezeu: «O, Doamne, mântuiește-mă cu orice preț!», trebuie să-ți amintești că trebuie să fii foarte sincer cu tine, fiindcă într-o zi Dumnezeu va spune: «Iată prețul care trebuie plătit»»²⁶².

În acest fel vedea Mitropolitul Antonie împlinirea cererilor noastre, adresate lui Dumnezeu, prin rugăciune, când uneori suntem foarte insistenți sau nerăbdători.

Magii, ghidați de steaua călăuzitoare, au pornit în căutarea regelui născut, pe un drum lung presărat cu greutăți și, aflându-L, s-au închinat Lui, oferindu-I daruri. Vlădica Antonie consideră acest fapt, această jertfă a lor, ca pe o rugăciune exprimată în modul ei desăvârșit, care este contemplație și adorație²⁶³.

Ei căutau adevărul și L-au găsit, și orice căutare a Adevărului este o rugăciune²⁶⁴.

Vlădica leagă rugăciunea de fapte concrete, pe care omul le săvârșește într-un anumit context din viața lui. Își aduce aminte cum, în timpul războiului, o maică luată prizonieră de către nemți este trimisă într-un lagăr de concentrare. Într-o zi, în urma apelului este ales un grup de femei pentru a fi trimise la camera de gaze, iar în acel grup era o fată disperată de această sentință deoarece era tânără și spera totuși că într-o zi se va bucura de libertate. În acel moment, maica Maria se duce la ea, o încurajează, spunându-i că moartea nu are ultimul cuvânt, ci viața, o ia de mână și merge împreună cu ea la camera de gaze²⁶⁵.

Această dăruire de sine pentru a schimba o situație dramatică din viața aproapelui, în viziunea Mitropolitului Antonie, înseamnă a face din viață rugăciune, în ea fiind prezente și fapta bună și curajul mărturisirii și actul jertfei, toate săvârșite în numele și spre slava lui Dumnezeu.

O mare problemă a oamenilor din ziua de azi este aceea a gestionării timpului. Avem impresia că nu mai avem timp să le facem pe toate. Referitor la această problemă, Părintele Antonie este de părere că, trăind în prezent, găsim timp pentru toate.

²⁶¹ Idem, *Făcând din viață rugăciune*, p. 129.

²⁶² Idem, *Rugăciunea care aduce roade*, p. 81.

²⁶³ Idem, *Rugăciunea vie*, p. 19.

²⁶⁴ Idem, *Taina iubirii*, p. 20.

²⁶⁵ Idem, *Făcând din viață rugăciune*, p. 133.

El consideră că ceea ce te poate împiedica să te rogi este faptul că lași furtuna care vîiește în exterior să treacă prin inima, mintea și sufletul tău, acordându-i atenție, în loc să te oprești și preț de un minut, să privești spre Dumnezeu. Să lași grija timpului care zboară și să încerci să-ți faci datoria acolo unde te afli, fiind prezent în tot ceea ce faci. Timpii mici de peste zi pot fi umpluți cu rugăciune și nu irosiți²⁶⁶.

Asemeni Sfinților Părinți ai pustiei, Vlădica Antonie spunea că „mintea nerisipită este esențială pentru creștinul care duce o viață de rugăciune și de nevoie duhovnicești”²⁶⁷.

Se mai poate ruga omul de azi, în condițiile vieții actuale, marcate de agitație, grabă și tehnologie, ancorat fiind în tot felul de activități, care-i ocupă mai tot timpul?

Vlădica Antonie răspunde acestei provocări și chiar prezintă modul în care acest lucru ar putea fi făcut, bazându-se pe experiența lui de practică medicală din timpul războiului, în care a experimentat acest lucru. El spune că dimineața, atunci când te trezești, primul gând să I-l oferi lui Dumnezeu, mulțumindu-i pentru noua zi de viață ce ți-a oferit-o în dar, indiferent dacă te simți bine sau nu, având drept sprijin cuvintele psalmistului David care spune: „Aceasta este ziua pe care a făcut-o Domnul, să ne bucurăm și să ne veselim întru ea” (Psalmi 117, 24). Apoi, meditează la sensul adânc al acestor cuvinte, îndreptându-te spre Dumnezeu cu convingerea că în primul rând, tu ești al Lui, iar în al doilea rând, că și ziua aceasta pe care tu ai primit-o în dar este tot a Lui. Apoi cere-I lui Dumnezeu să binecuvânteze această zi în care urmează să pășești și nu oricum, ci ca un vestitor și un mărturisitor personal al lui Dumnezeu pentru toți cei cu care te vei întâlni rânduți de altfel tot de Dumnezeu. Aceasta implică să fii mereu pregătit să înfrunți orice ispită, să treci prin momente de bucurie sau de tristețe, întărit de convingerea că toate câte ți se întâmplă sunt darul lui Dumnezeu²⁶⁸.

Încheind ziua și mulțumindu-I lui Dumnezeu pentru toate, putem observa că sfatul părintelui Antonie pentru cei care își pun problema rugăciunii în zilele noastre nu este imposibil de realizat. Este la îndemâna oricui să-și îndrepte atenția în momentele principale din zi către Dumnezeu, iar acest lucru este realizabil printr-un act de voință din partea celui ce vrea să facă din viața lui o viață de rugăciune.

În relația cu Dumnezeu, omul I se adresează Lui prin rugăciuni de cerere, mulțumire și laudă. Vlădica Antonie este de părere că este mai greu a te ruga cu rugăciuni de cerere decât a te ruga cu rugăciuni de mulțumire și de laudă deoarece acestea din urmă vin dintr-un suflet

²⁶⁶ Idem, *Școala rugăciuni*, p. 118.

²⁶⁷ Gillian Crow, *op. cit.*, p. 319.

²⁶⁸ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Școala rugăciuni*, pp. 99-102.

voios, împăcat, mulțumit că a primit ceva, în timp ce rugăciunea de cerere implică o credință puternică și neclintită cu deplină încredere în împlinirea ei²⁶⁹.

Nu mai vorbim de faptul că rugăciunea de cerere trece și prin filtrul neștiinței noastre, motiv pentru care, în formularea acestor rugăciuni, adesea, introducem un „dacă”, prin care recunoaștem, în fața lui Dumnezeu, că nu știm în ce măsură ceea ce cerem ne este de folos, însă suntem deplin încredințați că Dumnezeu, Care este Atotștiutor, va împlini într-un fel rugăciunea noastră, așa cum este mai bine pentru noi. Acest lucru este valabil cât timp acest „dacă” nu reprezintă de fapt o stare de îndoială a noastră și de neîncredere în puterea lui Dumnezeu.

Cu altă ocazie, Vlădica Antonie, încercând să explice ce înseamnă să facem din viața noastră o rugăciune, spunea că pentru a trăi și a ne ruga creștinește este, mai întâi, necesar să învățăm să trăim o viață contemplativă. Lucrarea efectivă, prin fapte, este expresia concretă a acestei vieți contemplative a creștinului autentic. Fapta creștină, la rândul ei, reprezintă o lucrare a lui Dumnezeu în viața omului, care se pune în slujba lui Dumnezeu. Mitropolitul Antonie leagă această viață contemplativă de capacitatea omului de a se adapta unei situații neprevăzute, prin care poate actualiza lucrarea dumnezeiască și nu o vede născută dintr-un șir de experiențe anterioare²⁷⁰.

Observăm că suntem chemați să fim o mărturie vie celorlalți prin faptele și viața noastră, așa cum Mântuitorul ne spune că voi sunteți lumina lumii și sarea pământului (Matei 5, 13-14). Vlădica Antonie este de părere că omul trebuie să ajungă la o stare de certitudine care poate fi obținută prin rugăciune așa încât să-l poată mărturisi pe Dumnezeu din propria experiență.

Viața contemplativă, spune Vlădica Antonie, nu înseamnă a te retrage într-o chilie sau într-o pustie, ci ea ține de o capacitate lăuntrică a omului de a nu reacționa din instinct într-o situație anume din viața lui, ci de a medita, mai întâi, și de a cerceta acea situație cu scopul de a o înțelege și abia apoi să răspundă. Certitudinea trebuie să se nască din această contemplare, meditare, stăruință în a cerceta un lucru pentru a-l înțelege în dimensiunea sa reală, și nu doar în parte²⁷¹.

²⁶⁹ Idem, *Rugăciunea vie*, p. 112.

²⁷⁰ Idem, *Făcând din viață rugăciune*, p. 118.

²⁷¹ *Ibidem*, p. 124.

III. Taina Spovedaniei sau Taina Pocăinței

III.1. Spovedania și pocăința în învățătura Bisericii

Taina Spovedaniei, cunoscută și sub numele de Taina Pocăinței, este rânduită de Biserică ca o cale de întoarcere a omului la Dumnezeu, după ce s-a îndepărtat de El, ca urmare a săvârșirii păcatelor²⁷². De asemenea, este Taina prin care orice creștin care vine și se mărturisește duhovnicului, primește de la Hristos iertarea păcatelor. Acest mare dar implică hotărârea de a nu le mai repeta și de a trăi o viață cu totul nouă. Această Taină a fost instituită de Mântuitorul Hristos după Înviere, când a zis ucenicilor: „Luați Duh Sfânt, cărora le veți ierta păcatele, se vor ierta lor, și cărora le veți ține, vor fi ținute” (Ioan 20, 22-23). „Adevărat grăiesc vouă: Oricâte veți lega pe pământ, vor fi legate și în cer, și oricâte veți dezlega pe pământ, vor fi dezlegate și în cer” (Matei 18, 18).

Necesitatea Tainei Spovedaniei rezultă tocmai din faptul că omul, după cădere, este mereu înclinat spre păcat. Rupându-se de izvorul Luminii și a harului, trăiește orbecăind prin întuneric și așa cum în mod real cel care nu vede pe unde merge, se poate accidenta, tot așa și sufletul trăind în întuneric se accidentează, provocându-și răni care dor și-i tulbură toată liniștea.

Sfinții Părinți au fost foarte aspri și categorici, atunci când s-au exprimat cu privire la păcat. Sfântul Teofan Zăvorâtul spune: „judecând după păcatele tale, ești un tăciune ars, un hoit umflat, învinețit și plin de putoare, întuneric beznă”²⁷³.

Iertarea păcatelor și recâștigarea liniștii sufletești sunt efectele pe care ar trebui să le producă spovedania și pocăința. Am spus ar trebui, și nu că trebuie în mod absolut, pentru că dobândirea păcii și liniștii sufletești este condiționată de modul în care omul participă la această Taină. Ea nu are un efect magic, nu este o pastilă pe care, administrând-o cuiva care este bolnav, imediat se va face sănătos, ci presupune o participare activă a omului, caracterizată de sinceritate, căință, durere și părere de rău pentru faptele rele pe care le-a săvârșit, dorința de îndreptare și o voință puternică de a nu cădea din nou.

Arhimandritul Zaharia Zaharou merge ceva mai departe și afirmă că adevăratul efect al spovedaniei și ascultării de părintele nostru duhovnicesc ar trebui să fie unul cu totul

²⁷² Părintele Profesor Constantin Coman, plecând de la faptul că păcat în limba greacă înseamnă eșec, spune că omul, prin păcat, de fapt alunecă de la traiectoria pe care Dumnezeu a așezat-o în el prin creație, și orice deviere de la acest proiect dumnezeiesc înseamnă, de fapt, un eșec de la împlinirea lui. a cărui sens existențial se află în voia lui Dumnezeu, Care așa a gândit făptura omenească. cf. Pr. Prof. univ. dr. Constantin Coman, *Între iluzia împlinirii și certitudinea eșecului. Interviuuri*, Editura Bizantină, București, 2013, p. 29.

²⁷³ Sfântul Teofan Zăvorâtul, *Cum să ne îmbogățim viața prin rugăciunea*, p. 41.

special și nu doar o simplă disciplină a vieții în raport cu Dumnezeu. Mai precis, „țelul acestei mărețe Taine, prin care se reînnoiesc sufletele oamenilor, este să ne conducă la libertatea lăuntrică a inimii”²⁷⁴. Aceasta presupune, însă, ca omul să-și asume o stare de pocăință „neîncetată și fierbinte”²⁷⁵. Dumnezeu este Cel care eliberează inima din robia păcatelor celor care vin la duhovnic. Părinții Patericului ne încredințează de acest lucru, spunând că „dacă cineva ascultă de Dumnezeu și Dumnezeu îl ascultă pe el”²⁷⁶ și toți cei care ascultă de duhovnic, ascultă de fapt de Dumnezeu.

Biserica vine în sprijinul omului supus căderii cu această mare Taină a Spovedaniei. În ea este implicat ucenicul, duhovnicul și Dumnezeu, toți trei într-o relație liberă și tainică. Între ei, nu mai este loc pentru nimeni. Taină va rămâne și mărturisirea omului pentru că Biserica a hotărât prin canoane ca duhovnicul să nu divulge nimănui nimic din ceea ce a auzit la spovedanie.

De multe ori, vrăjmașul speculează acest lucru, al neîncrederii „în discreția duhovnicului”, și temându-se că acesta le va vădi păcatele nu mai vin să se spovedească²⁷⁷.

Duhovnicul este „medicul” sufletului tău, care așteaptă ca pacientul să-i descrie boala pentru a-și da seama ce diagnostic să-i pună. Funcție de cât ești de sincer și de precis în a expune ce anume a intervenit între tine și Dumnezeu, îți poate pune un diagnostic corect și-ți poate administra și doctoria potrivită.

Așa cum boala este pentru trup, la fel este și păcatul pentru suflet, motiv pentru care vindecarea sufletului se poate face doar prin „războirea păcatului și a pricinilor lui, patimile”²⁷⁸. Cel care nu conștientizează boala sufletului este în rătăcire, este nesimțitor și, de obicei, acest lucru se datorează mândriei. Însă cel care își dă seama de boala lui sufletească, se smerește și are grijă să alerge la doctor pentru a se vindeca așa cum ar face cineva care simțind durerea trupului, aleargă la medic pentru a se trata. Sunt mulți care se veselesc deși trăiesc în păcate grele. Nu le pare rău pentru nimic din cauză că nu au conștiința stării în care se află²⁷⁹.

Despre aceștia spune Hristos că „văzând, nu văd și, auzind, nu aud, nici nu înțeleg”. (Matei 13, 13). Contextul societății în care trăim oglindește foarte bine acest lucru. Foarte

²⁷⁴ Zaharia Zaharou, *Omul – ținta cercetării dumnezeiești*, traducere de Monahia Porfirie și Monahia Tecla, Editura Doxologia, Iași, 2016, p. 187.

²⁷⁵ Protoprezbiter Dr. Dimitrios Vakaros, *Pocăința și spovedania în Filocalie și Everghetinos*, traducere de Cristian Spătărelu, Editura Egumenița, Galați, 2015, p. 83.

²⁷⁶ Avva Mios, *Despre ascultare*, în *Patericul mare. A포tegmeele părinților pustiei – colecția tematică*, traducere, introducere și note de Pr. Prof. Constantin Coman, Editura Bizantin, București, 2016, p. 688.

²⁷⁷ Arhim. Atanasie Anastasiu, *Povățuire către pocăință*, traducere de Ieroschim. Ștefan Nuțescu, Editura Evanghelismos, București, 2004, p. 109.

²⁷⁸ Sfântul Simeon Noul Teolog, *Miezul înțelepciunii Părinților*, pp. 39-40.

²⁷⁹ *Ibidem*.

multe nedreptăți se săvârșesc azi pentru satisfacerea unor plăceri și dorințe proprii, fără conștiința faptului că orice lucru dobândit pe căi necinstite nu aduce rod, ci se risipește după cuvântul Mântuitorului, Care spune că: „cine nu adună cu Mine risipește” (Matei 12, 30). În alt loc, Mântuitorul afirmă că: „nimic nu este acoperit care să nu iasă la iveală și nimic ascuns care să nu ajungă cunoscut” (Matei 10, 26). Plecând de la aceste considerente, atunci când ne propunem să nu ne mai întoarcem la relele săvârșite în trecut, odată ce acestea au fost spovedite, Sfântul Siluan Athonitul ne propune să ținem seama de această realitate care cel mai adesea este ignorată cu desăvârșire.

El spune că „întreg cerul vede tot ce se săvârșește pe pământ” și dacă am avea mereu trează conștiința acestei realități, altfel ar fi purtarea noastră, cu mai multă atenție, recunoștință și luare aminte²⁸⁰.

Având mereu vie în viața noastră realitatea prezenței lui Dumnezeu, Care vede tot ceea ce noi facem și gândim în orice clipă, cu adevărat putem pune început bun vieții noastre. Astfel, în fața ispitelor și a uneltirilor vrăjmașului, care încearcă să ne momească cu cele în care noi suntem slabi, am avea o altă atitudine, și întăriți fiind cu amintirea de Dumnezeu, nu am mai pica atât de ușor.

Ca mijloc pedagogic pentru neîncetata luptă împotriva păcatului, Avva Evagrie propune amintirea în permanență de judecata cea veșnică și astfel „nu va fi păcat în sufletul tău”²⁸¹.

Sfântul Teofan Zăvorâtul, vrând să arate cât de primejdioasă poate fi starea omului căzut în păcate și care nu se îngrijește de îndreptarea lui, ne spune că: „Vrăjmașul face din sufletul nepocăit groapă de gunoi în care aruncă tot felul de mizerii”²⁸².

Arhimandritul Vasilios Bacoianis supune atenției noastre un lucru care adesea scapă multora din vedere. El spune că de cele mai multe ori, atunci când ne ducem la spovedanie, spunem: „mă duc să mă mărturisesc, să mă ușurez”, ceea ce în opinia lui este total greșit. Se întâmplă ca în urma mărturisirii, oprindu-te duhovnicul de la săvârșirea unor păcate, cum sunt de exemplu cele trupești. să nu pleci chiar ușurat de la el. De aceea, cel mai potrivit ar fi să spui: „mă duc să mă spovedesc [...] să mă folosesc și să-mi mântuiesc sufletul!”²⁸³.

În tradiția Bisericii, s-a păstrat recomandarea minimală ca măcar în cele patru posturi de peste an creștinul să-și cerceteze sufletul și să meargă la duhovnicul său să se spovedească.

²⁸⁰ Arhimandritul Sofronie, *Cuvântări duhovnicești*, volumul al doilea, traducere de Ierom. Rafail (Noica), ediția a doua, Editura Accent Print, Suceava, 2015, p. 191.

²⁸¹ Avva Evagrie, *Despre străpungerea inimii*, în *Patericul mare. A포tegmeele părinților pustiei – colecția tematică*, traducere, introducere și note de Pr. Prof. Constantin Coman, Editura Bizantin, București, 2016, p. 243.

²⁸² Sfântul Teofan Zăvorâtul, *Cum să ne îmbogățim viața prin rugăciunea*, p. 56.

²⁸³ Arhimandrit Vasilios Bacoianis, *Duhovnicul și spovedania. Lucruri de știu, sfaturi de urmat, greșeli de evitat*, traducere de pr. Victor Manolache, Editura de Suflet, București, 2012, p. 50.

Totuși, cine aspiră spre o viață duhovnicească mai înaltă este bine ca ori de câte ori își simte conștiința încărcată de păcate, să-și cerceteze sufletul și să alerge la scaunul de spovedanie. Deasa spovedanie te ține departe de patimi, păcatul neputând prinde rădăcini.

Spovedania nu este pe placul vrăjmașului, care vrea să-l piardă pe om, să-l atragă de partea lui. Sfântul Ioan Scărarul spune, în sensul acesta, că: „De multe ori dracii obișnuiesc fie să ne convingă să nu ne spovedim, fie să spunem că alții au făcut greșelile noastre sau să-i învinovățim ca fiind pricina păcatului nostru”²⁸⁴.

Acest lucru se mai întâmplă și din cauza faptului că diavolul a reușit să schimbe ordinea lucrurilor. Sfântul Ioan Gură de Aur zice, în acest sens: „Păcatului îi urmează rușinea, pocăinței, îndrăznirea. Satana a schimbat rânduiala asta și a dat păcatului îndrăznire, iar pocăinței, rușine”. Și, mai departe, descoperă următorul vicleșug cu care înșeală pe om, arătând că diavolul ia rușinea de la cel care păcătuiește și-l îndeamnă să săvârșească păcatul în văzul lumii, știind că dacă s-ar rușina nu ar mai fi cu putință să săvârșească păcatul. Apoi așează rușinea în fața pocăinței, și, nemărturisind păcatul, omul nu se mai pocăiește²⁸⁵.

Sfântul Macarie de la Optina pune în evidență un alt vicleșug al diavolului și anume frica îngrozitoare de a ne mărturisi duhovnicului, când mergem la spovedanie: „îți pierzi memoria, nu te mai poți concentra, te bâlbâi și, în cele din urmă, amuțești cu totul”²⁸⁶. Aflat într-o astfel de stare sufletească, omul, nu mai este capabil să trăiască pocăința și zdrobirea inimii, deoarece vrăjmașul a descoperit slăbiciunea noastră, trufia, și se folosește de ea în planurile sale de a ne abate de la calea vindecării și îndreptării noastre²⁸⁷.

Sfinții Părinți ne recomandă ca, atunci când mergem la spovedanie, să mărturisim păcatele pe care noi le-am săvârșit, având conștiința clară că noi purtăm vina pentru toate cele săvârșite și să nu căutăm a învinovăți pe nimeni sau a micșora în vreun fel gravitatea lor.

Părintele Arsenie Papacioc afirma, în sensul acesta, „că păcatul trebuie să-l spui cu gustul lui și cu mustul lui [...] Trebuie să-l spui din inimă pentru ca să iasă din inimă” pentru că o simplă spovedanie rațională face ca la următoarea întâlnire să vii la mărturisit cu aceleași păcate²⁸⁸.

Cu toate acestea, Sfântul Porfirie Kavsokalivitul spune că greșelile, păcatele și patimile nu sunt doar experiențele personale ale celui care se spovedește pentru că fiecare om

²⁸⁴ K.G. Papadimitrakopoulos, *Taina Spovedaniei la Sfinții Părinți ai Bisericii*, traducere de preot Ion Andrei Țârlescu, Editura Anestis, București, 2015, p. 51.

²⁸⁵ Sfântul Ioan Gură de Aur, *Omiliile despre pocăință*, traducere de preot profesor Dumitru Fecioru, Editura I.B.M.B.O.R., București, 1998, pp. 160-162.

²⁸⁶ Sfântul Macarie de la Optina, *Povește duhovnicești*, traducere de Daniela Filioreanu, Editura Egumenița, Galați, 2002, p. 63.

²⁸⁷ *Ibidem*.

²⁸⁸ Părintele Arsenie Papacioc, *Despre Spovedanie și Împărtășanie*, Editura Elena, Constanța, 2013, p. 71.

vine pe lume cu o moștenire. Aceasta înseamnă că fiecare om poartă în sine trăirile și experiențele părinților, în special ale mamei care a transmis embrionului tot ceea ce ea a trăit în timpul sarcinii. Dacă s-a întâmplat să fie agitată, nervoasă, depresivă, copilul ce se va naște și viitorul adult de mâine va purta în sine aceste stări pe tot parcursul vieții. „Există însă un secret”, un mod anume prin care poate scăpa de acest rău și anume: „spovedania generală, care se face prin harul lui Dumnezeu”. Spunea Sfântul Porfirie despre sine că a „avut parte de minuni” după o astfel de spovedanie generală. În timpul mărturisirii în fața duhovnicului, spune el, vine harul dumnezeiesc și astfel sufletul este eliberat de toate rănilile, vinovățiile, și traumele trăite, deoarece în tot acest timp, părintele duhovnic „se roagă fierbinte Domnului pentru izbăvirea ta”²⁸⁹.

Mântuitorul vorbește despre aceste moșteniri prin gura Sfântului Prooroc Iezechiel: „Părinții au mâncat aguridă și copiii li s-au strepezit dinții” (Iezechiel 18, 1) dorind de fapt să ne spună că suntem răspunzători pentru toate, că tot ce facem lasă urme atât în viața noastră cât și a celor de după noi. De aceea, este important a ne asuma faptele pe care le săvârșim în decursul vieții cu maximă responsabilitate și a nu le trata cu superficialitate.

„Rânduiala spovedaniei mântuitoare” presupune a ști ce anume trebuie să faci înainte de a merge la duhovnic, după ce ai ajuns la acesta și după ce pleci de la el. Încercând, pe scurt, a răspunde în ordine cronologică la cele trei probleme ridicate, încep prin a aduce în atenție episodul din Sfânta Scriptură în care ne este relatată lepădarea Sfântului Apostol Petru, când a spus: „nu cunosc pe Omul Acesta” (Matei 26, 74) și, auzind cântatul cocoșului, și-a adus minte de cuvintele Mântuitorului, Care-i proorocise despre acest lucru și s-a căit în inima lui și a plâns cu amar, spre deosebire de Iuda, care, deznădăjduind s-a spânzurat. De aici vedem că înainte de a ajunge la duhovnic, este bine să nu deznădăjduim, ci să avem încredere în mila și dragostea lui Dumnezeu că ne va primi și ne va ierta păcatele, oricât de mari ar fi ele. Ajunși la duhovnic, cel mai important lucru este să conștientizăm că am venit la Hristos, Care este Doctorul Cel nevăzut al sufletelor noastre. Lui trebuie să ne mărturisim cu sinceritate, fără rușine, neascunzând pe nimeni de cele câte le-am făcut. După ce plecăm de la duhovnic, să ne hotărâm a ne schimba viața împlinind tot ceea ce suntem datori a împlini pentru vindecarea noastră²⁹⁰.

²⁸⁹ *Ne vorbește părintele Porfirie. Viața și cuvintele*, traducere de ieromonah Evloghie Munteanu, Editura Egumenița Galați, 2003, pp. 291-292.

²⁹⁰ Arhimandritul Serafim Alexiev, *Leacul uitat. Sfânta Taină a Spovedaniei*, ediția a doua, traducere de Gheorghiță Ciocioi și Petre-Valentin Lică, Editura Sophia, București, 2007, pp. 62-92.

De mila și bunătatea lui Dumnezeu suntem încredințați prin faptul că El spune: „Precum este adevărat că Eu sunt viu, tot așa este de adevărat că Eu nu voiesc moartea păcătosului, ci ca păcătosul să se întoarcă de la calea sa și să fie viu” (Iezechiel 33, 11).

Bine ar fi dacă nu am cădea în păcate, spune Arhimandritul Sofronie, însă pentru că totuși se întâmplă, să nu deznădăjduim fiindcă „pocăința dacă este ca o flacăra, poate reîntoarce toată pierderea”²⁹¹.

Amintirea păcatelor săvârșite și spovedite nu fac bine sufletului, nici părerea de rău peste măsură pentru acestea sau răzvrătirea împotriva sinelui până în pragul deznădejii²⁹². Din întristarea potrivnică, se nasc roadele duhului viclean „akedia, nerăbdarea, mânia, furia, împotrivirea, deznădejdea, trândăvia în rugăciune” și de acest fel de întristare trebuie să ne ferim²⁹³. Complexul ce ia naștere din această atitudine este, de fapt, o falsă smerenie, o lucrare drăcească, ce-l face pe om să se considere nevrednic de toate, nu se mai apropie de Sfânta Împărtășanie, și rămâne blocat în starea aceasta și nu mai poate face nimic pentru ridicarea și îndreptarea lui. Este o capcană a vrăjmașului cu care sunt înșelați mulți oameni, însă noi să fim cu luare aminte și să transformăm remușcările noastre față de păcatele pe care le-am săvârșit în rugăciune, să nu îngropăm nimic în noi și să îndrăznim cu nădejde a alerga la duhovnic, căruia să-i spunem tot ceea ce ne necăjește „și gata!”²⁹⁴.

De rolul curățitor al lacrimilor pocăinței ne încredințează Sfântul Ioan Gură de Aur, care spune că una este plânsul de jale pentru cel care a murit trupește, însă alta este plânsul și lacrimile vărsate pentru bolile sufletești: „dacă plângi, de multe ori scoli pe un om al cărui suflet este mort”. Omul mort trupește nu mai poate fi ridicat cu puterile omenești în timp ce sufletul mort poate fi ridicat prin îndreptare²⁹⁵.

Arhimandritul Zaharia Zaharou spunea foarte frumos că în esența ei, lucrarea pocăinței este aceea de a ne îngrășa duhovnicește, de a ne hrăni sufletul cu „pâinea lacrimilor” așa încât să putem aduna în inima noastră urmele prezenței lui Dumnezeu. Aceste urme crescând în lăuntrul nostru ne vor lumina mintea și ne vor întări inima²⁹⁶.

²⁹¹ Arhimandritul Sofronie, *Din Viață și din Duh*, ediția a doua, traducere de ierom. Rafail (Noica), Editura Reîntregirea, Alba Iulia, 2014, p. 24.

²⁹² Sfântul Porfirie Kavsokalivitul, *Cuvinte despre rugăciune și pocăință*, traducere de protoprezbiter dr. Gabriel Mândrilă, Editura Sophia, București, 2016, p. 96.

²⁹³ Protoprezbiter Dr. Dimitrios Vakaros, *op. cit.*, p. 86.

²⁹⁴ Sfântul Porfirie Kavsokalivitul, *Cuvinte despre rugăciune și pocăință*, pp. 97-98.

²⁹⁵ Sfântul Ioan Gură de Aur, *Omiliile despre pocăință*, p. 170.

²⁹⁶ Zaharia Zaharou, *Omul – țința cercetării dumnezeiești*, pp. 222-223.

„Cu adevărat mare este taina ascultării” pentru că mai întâi de noi Hristos a fost Cel care a deschis drumul acesteia, făcându-se model pentru noi. Altă cale de mântuire, care să ne ferească de rătăcirile și înșelăciunile diavolului, nu există²⁹⁷.

Avva Antonie, vrând să arate cât de mare este ascultarea spune că „Ascultarea cu înfrânare supune fiarele”, iar un alt Părinte al *Patericului* ne mărturisește că „Cel care șade întru supunerea unui Părinte duhovnicesc are plată mai mare decât cel ce se depărtează în pustie singur de sine”²⁹⁸.

Prin gura părintelui duhovnic, spun Sfinții Părinți, ne vorbește Dumnezeu, ne oferă cuvânt de leac și de îndrumare, doctorie vindecătoare pentru sufletul întristat și tulburat. Dar de unde vine această întristare în sufletul omului? Bineînțeles că pot fi găsite foarte multe pricini, însă o cauză precisă ne-o oferă Sfântul Nicolae Velimirovici, zicând: „Cu cât mai puțină este credința noastră, cu atât mai multă ne este și tristețea” și cu cât încearcă mai mult omul să se „elibereze” singur de întristările ce l-au cuprins „cu atât mai mult se încurcă în plasele acestora”²⁹⁹. Așa cum atunci când suferim de vreo boală trupească alergăm în căutarea celui mai bun medic, tot așa, cu aceeași râvnă și motivație, se cade a căuta un duhovnic iscusit, încercat și potrivit pentru diagnosticarea și vindecarea bolilor sufletești.

La duhovnic, să te duci ca la scaunul de Judecată al lui Dumnezeu, conștient fiind că duhovnicul este doar un martor și Cel care ascultă mărturisirea ta este Însuși Hristos. Nu vii să te întâlnești cu un om, ci spovedania este o reală șansă de a te întâlni cu Hristos³⁰⁰.

De aceea, Sfântul Ioan Gură de Aur spune că spovedania trebuie făcută cu frică de Dumnezeu: „Să faci Spovedania către Ziditor cu frică, [...] Nu înțelegi că este prezent Însuși Domnul Cel nevăzut și că pune în balanță faptele fiecăruia și cercetează conștiința?”³⁰¹.

Solomon, în pildele sale, ne descoperă faptul că „Frica de Dumnezeu este începutul înțelepciunii; cei fără minte disprețuiesc înțelepciunea și stăpânirea de sine.” (Solomon 1, 7). Cugetând la acest cuvânt, putem ușor să înțelegem ce a vrut să spună de fapt Sfântul Ioan Gură de Aur, pe care l-am citat în paragraful anterior. Ca să poți crede și pricepe că Dumnezeu este prezent în mod nevăzut în Taina Spovedaniei, ai nevoie, în primul rând, de minte înțeleaptă și de frică de Dumnezeu. Cine nu are frică de Dumnezeu este fără de minte și nu poate înțelege această mare Taină, motiv pentru care o și disprețuiește.

²⁹⁷ Gheron Iosif, *Mărturii din viața monahală*, p. 82.

²⁹⁸ *Everghetinosul*, volumul I-II, transliterare, diortosire, revizuire după ediția grecească și note de Ștefan Voronca, Editura Egumenița, Galați, 2009, p. 94..

²⁹⁹ Sfântul Nicolae Velimirovici, *Omilii despre pocăință, dragoste și optimism*, traducere de pr. dr. Iulian Eni și dr. Iuliana Eni, Editura Doxologia, Iași, 2016, p. 193.

³⁰⁰ Arhimandritul Sofian Boghiu, *Buchet de cuvântări. Predici și meditații*, Editura I.B.M.B.O.R., București, 2006, p. 273.

³⁰¹ K.G. Papadimitrakopoulos, *op. cit.*, p. 106.

Există și situații când mulți se duc la spovedanie după mulți ani în care nu au mai trecut pe la Biserică, sau cazul celor care se spovedesc pentru prima dată. Unii ca aceștia, de cele mai multe ori, spun că: „nu am făcut nimic” nu simt că au făcut nimic rău, nu-și văd păcatele. Conștiința lor este pervertită datorită faptului că trăiesc departe de Dumnezeu³⁰².

Prin căderea lui Adam, a intrat în lume păcatul, care este o putere demonică, ce se manifestă cu o atitudine de dispreț față de voia lui Dumnezeu. Omul ajunge să se îndoiască de Dumnezeu, să nu creadă în El și să caute să se descurce singur. Ignorând pe Dumnezeu, omul încearcă să se așeze în locul Lui, așa cum odinioară a gândit Lucifer, ceea ce i-a pricinuit căderea.³⁰³ Această stare se manifestă și în forme mai fine. Părintele Profesor Constantin Coman afirmă că disprețul față de orice dar pe care l-am primit de la Dumnezeu, indiferent de modul și gradul în care se manifestă el, este „dispreț față de cel care ți l-a dăruit”³⁰⁴.

„Spovedania este unul din modurile de manifestare a pocăinței”³⁰⁵ și implică o cercetare a sinelui, fiind legată de „zdobirea inimii sau musturarea conștiinței” pentru păcatele săvârșite³⁰⁶. Practic, este de dorit să vii la spovedanie în stare de pocăință, cu inima zdrobită pentru faptele, cuvintele sau gândurile rele prin care poate ai întristat pe cineva, sau ai rănit pe aproapele și odată cu el și pe tine însuși.

Cuviosul Paisie Aghioritul spunea că ziua în care nu ne-am pocăit și întristat pentru păcatele noastre, este o zi pierdută, chiar dacă am săvârșit fapte bune în decursul ei³⁰⁷.

Hristos nu are nevoie să știe păcatele noastre, ci noi avem nevoie să ni le recunoaștem în fața Lui pentru că altfel nu poate funcționa relația dintre noi și El. La Dumnezeu nu păcatul în sine este problema, ci „nerecunoașterea lui și așezarea în păcat cu sentimentul că ești în adevăr”, care atrage după sine împietrirea inimii și lipsa pocăinței. Este foarte important să clarificăm de ce greșim față de Dumnezeu și de ce acumulăm datorii față de El³⁰⁸.

Dumnezeu știe că suntem făpturi slabe, care, sub influența ispitelor, putem aluneca în prăpastia păcatelor, însă ne-a oferit libertatea și șansa ridicării. Pe aceasta o așteaptă Dumnezeu de la noi. Gheron Iosif spune: „Nu te întrista fiule. Nu te neliniști atâta! Dacă ai căzut iarăși, iarăși ridică-te! Ai fost chemat pe drumul ce duce la cer”³⁰⁹. Mâncând din pomul

³⁰² Arhimandrit Nectarie Antonopoulos, *Responsabili pentru toate*, traducere de preot dr. Staicu Ciprian-Ioan, Editura Egumenița, Galați, 2010, p. 14.

³⁰³ Arhimandrit dr. Theofil Lemontzi, *Păcatul: vinovăție sau întristare? O trecere prin tragismul existenței omenești*, traducere de preot Victor Manolache, Editura Egumenița, Galați, 2013, p. 28.

³⁰⁴ Pr. Prof. univ. dr. Constantin Coman, *Între iluzia împlinirii și certitudinea eșecului*, p. 29.

³⁰⁵ K.G. Papadimitrakopoulos, *op. cit.*, p. 15.

³⁰⁶ Pr. Petre Vinilescu, *Spovedania și duhovnicia*, Editura Episcopiei Ortodoxe Alba, Alba Iulia, 1995, p. 57.

³⁰⁷ Cuviosul Paisie Aghioritul, *Mica Filocalie*, traducere de preot Victor Manolache, Editura Egumenița, Galați, 2009, p. 136.

³⁰⁸ Pr. Prof. univ. dr. Constantin Coman, *Între iluzia împlinirii și certitudinea eșecului*, p. 28.

³⁰⁹ Gheron Iosif, *Mărturii din viața monahală*, p. 104.

oprit, Adam și Eva au descoperit că sunt goi, și auzind glasul lui Dumnezeu „Care umbla prin rai” (Facere 3, 8) s-au ascuns de la fața lui printre pomi. După acest episod, Dumnezeu le adresează câteva întrebări: „Adame unde ești?” (Facere 3,9), „Cine ți-a spus că ești gol?” (Facere 3, 11), „Pentru ce ai făcut aceasta?” (Facere 3, 13). Spun Sfinții Părinți, oare nu știa Dumnezeu unde sunt ei și ce au făcut ei? Cu siguranță că știa, însă atunci ce sens au aceste întrebări? Dumnezeu nu întreabă din „neștiință”³¹⁰, ci pentru că ei aveau nevoie să se pocăiască pentru neascultarea lor. Însă, din păcate, Cartea Facerii ne arată că ei nu au înțeles acest lucru și au început să dea vina unul pe celălalt sau pe șarpe. Au căutat cauza căderii lor în afara lor. Or, Taina Spovedaniei și a pocăinței implică strădania omului de a se orienta spre interior, de a căuta în suflet cauza păcatului și nu înafara lui. Mântuitorul spune „din inima omului, ies cugetele cele rele” (Marcu 7, 21). Acolo trebuie să săpăm și să vedem ce anume ne desparte de Dumnezeu.

Sfântul Macarie Egipteanul spune că: „Păcatul nu vine niciodată din afara omului, ci din inima lui pornește”³¹¹. Din afară vine doar provocarea, însă acceptarea ei „se produce înlăuntrul omului, în mintea și în inima lui”³¹².

Este important să înțelegem că atâta timp cât suntem creați de Dumnezeu și pentru Dumnezeu, după chipul și asemănarea Lui, nimeni nu poate în afara Lui să ne facă sufletul fericit. De aici rezultă limpede că ceea ce stă în calea noastră în drumul către El este păcatul³¹³, care „distruge legătura armonioasă a omului cu Dumnezeu”³¹⁴.

David, în Psalmul 50, mărturisea: „păcatul meu înaintea mea este pururi” încredințându-ne că nu ne putem ascunde nicăieri de la fața lui Dumnezeu și că mai devreme sau mai târziu, vom da socoteală pentru toate câte le-am făcut. Cuvintele cu care se adresează fiul risipitor, când se întoarce acasă, la Tatăl său, sunt un model de mărturisire și căință: „Tată, am greșit la cer și înaintea ta și nu mai sunt vrednic să mă numesc fiul tău...” (Luca 15, 21). Asemeni lui, suntem și noi îndemnați să ne cercetăm sufletul și conștiința și dacă ne aflăm depărtați de Dumnezeu sau „căzuți între tâlhari” (Luca 10, 30), să îndrăznim a alerga la Dumnezeu, Care ne așteaptă, Care privește îndelung îndreptarea noastră.

Pentru generația actuală, care se îndepărtează tot mai mult de Biserică și Dumnezeu, Arhimandritul Serafim Alexiev numește pe bună dreptate Taina Spovedaniei ca fiind un „leac

³¹⁰ K.G. Papadimitrakopoulos, *op. cit.*, p. 15.

³¹¹ Sfântul Macarie Egipteanul, *Pocăința sau întoarcerea la Dumnezeu. Extrase din Omiliile duhovnicești ale Sfântului Macarie Egipteanul*, Editura Bizantină, București, 2001, p. 54.

³¹² *Ibidem*.

³¹³ Arhimandritul Serafim Alexiev, *Leacul uitat*, p. 18.

³¹⁴ Arhimandrit Vasilios Bacoianis, *op. cit.*, p. 23.

uitat”. Deși el există, are putere vindecătoare și totuși stăm departe de el, nu alergăm după el, din pricina necredinței noastre³¹⁵.

S-a preconizat, în trecut, că secolul al XXI-lea, în care deja ne aflăm, bolile sufletești vor atinge o dezvoltare maximă între care depresia va cunoaște o creștere cu 50% a incidențelor la persoanele de peste 45 de ani³¹⁶.

Acest fenomen cunoaște această dezvoltare și pentru că omul zilelor noastre a uitat de „leacul” despre care tocmai am vorbit. Cercetări științifice recente confirmă faptul că un rol deosebit în menținerea sănătății atât în plan trupesc, cât și sufletesc, îl ocupă credința în Dumnezeu.

Un studiu realizat de un centru de medicină din Rush (S.U.A.) asupra bolnavilor ce sufereau de o formă grea de depresie a demonstrat că, în vindecarea lor, un rol important l-a avut „credința lor într-un Dumnezeu personal”³¹⁷ ceea ce i-a determinat pe acei cercetători să recomande medicilor psihiatri să aibă în vedere și credința, atunci când se ocupă de tratarea acestora.

Dacă știința vine și confirmă valoarea credinței, cu atât mai mult noi cei care pretindem că suntem creștini trebuie să ne încredem în puterea ei. Nu ne putem rupe de sensul existenței noastre, de modul în care am fost creați, chiar dacă mare parte din societatea contemporană încearcă, sub sloganul libertății, să-L excludă pe Dumnezeu. Libertatea de a păcătui nu te face liber, ci rob păcatului și, odată ajuns în starea aceasta, la ușa sufletului și trupului, încep să bată necazurile, bolile și suferința.

Din punctul de vedere al terapiei bolilor psihice, care își au rădăcina în bolile sufletești, Spovedania este de cel mai mare folos, întrucât, pe de o parte, prin dezlegarea de păcate, sufletul este eliberat de sentimentul de vinovăție și vindecat de neliniștea pricinuită de el, iar, pe de altă parte, omul primește harul Duhului Sfânt. Acesta din urmă îl ajută pe om să nu mai cadă în aceleași păcate³¹⁸.

Cu toate acestea, Sfânta Taină a Spovedaniei nu poate fi folosită drept un simplu mijloc psihoterapeutic, deoarece nu toate bolile psihice își au originea sau cauza în păcat.³¹⁹ Greșit este și a confunda sau de a considera că atât duhovnicul, cât și psihologul sau

³¹⁵ Arhimandritul Serafim Alexiev, *op. cit.*, p. 29.

³¹⁶ Arhimandrit Vasilios Bacoianis, *op. cit.*, p. 117.

³¹⁷ *Ibidem*, p. 113.

³¹⁸ Jean-Claude Larchet, *Inconștientul spiritual sau Adâncul neștiut al inimii*, traducere de Marinela Bojin, Editura Sophia, București, 2009, p. 187.

³¹⁹ *Ibidem*.

psihiatrul, fac aceeași lucrare, pentru că nu este așa. Lucrările lor sunt diferite, duhovnicul operează cu puterea Sfântului Duh, pe când ceilalți nu³²⁰.

De aici vedem că Biserica nu poate să ignore importanța medicului în tratarea unor afecțiuni de ordin psihic, însă conlucrarea lor, a duhovnicului și a preotului poate constitui un mijloc mai eficient în ceea ce privește vindecarea bolnavilor așa după cum este și zicala românească: „medicul tratează și Dumnezeu vindecă”.

Ne-am obișnuit să trăim, crezând că le putem face pe toate cu forțele noastre personale, ne silim să facem multe lucruri bune și totuși „nu ne iese nimic!” și se întâmplă acest lucru pentru că suntem orbiți de sinele nostru și mândria noastră și uităm de faptul că pentru a urca pe scara virtuților avem nevoie de smerenie, ea fiind prima treaptă a acesteia³²¹.

Sfântul Macarie Egipteanul spunea că „sufletul și-a pierdut chipul prin neascultare” din lipsa fricii de Dumnezeu, care este, de altfel, și nenorocirea întregii omeniri. De la Adam și până astăzi, oamenii s-au crezut puternici și stăpâni peste întreaga natură „ca și cum ei ar fi creat-o”, nepricepând, în mândria lor, că Dumnezeu a făcut totul din nimic și că a pus în toate un sens și un scop precis. „Pocăința este singura noastră salvare! Nici cultura, nici inteligența, nici noblețea, nici frumusețea nu-l reînnoiește pe om, ci numai pocăința adevărată”³²².

„Smerenia este o trăsătură dumnezeiască a vieții lui Hristos”, prin care S-a arătat nouă. Iar Sfântul Siluan, cel care L-a văzut pe Hristos, spune că smerenia „este negrăită, de nedescris”³²³.

Părinții Pustiei vorbesc și despre o smerită cugetare, care îl ajută pe om să-și vadă propriile sale neputințe, și, aflându-și slăbiciunile, nu mai est purtat de duhul mândriei din care se nasc atâtea răutăți în sufletul omului. Îndreptățirea de sine sau părerea de sine își are rădăcini tocmai în mândria de a te considera înțelept și știutor a toate. De aceea, ne suntem nouă pricină de cădere și înșelare.

Avva Marcu spune că „celui ce se pocăiește străin îi este a cugeta înalt”. Smerita cugetare, spune el, este har al lui Dumnezeu³²⁴.

Jean-Claude Larchet afirmă că, prin păcat, omul se îndepărtează de Dumnezeu, și din această despărțire îi vin „toate relele”. Acest lucru se întâmplă din cauza faptului că el se

³²⁰ Arhim. Atanasie Anastasiu, *op. cit.*, p. 119.

³²¹ Arhimandritul Ioan Krestiankin, *Cum să ne spovedim după îndreptarul celor Zece Porunci și al Fericilor*, traducere de Dorin Ursu, Editura de Suflet, București, 2015, p. 123.

³²² Sfântul Macarie Egipteanul, *Pocăința sau întoarcerea la Dumnezeu*, pp. 41-42.

³²³ Arhim. Zaharia Zaharou, *Răscumpărând vremea*, pp. 94-95.

³²⁴ *Everghetinosul*, volumul I-II, p. 244.

îndepărtează de natura sa autentică și pentru că nu-și mai respectă condiția lui firească de a fi în comuniune cu Dumnezeu, cade în „neorânduială”³²⁵.

Din acest motiv nu doar sufletul pătimește, ci și trupul împreună cu el,, însă Dumnezeu în marea Sa iubire de oameni, i-a oferit colacul de salvare ca să nu se înece în valurile vieții acesteia, în care păcatul adesea este îmbrățișat cu multă ușurință fiind confundat cu virtutea, plăcerea cu iubirea, bucuria cu micile satisfacții pe care ți le poate oferi alipirea de lucrurile materiale.

Sfântul Simeon Metafrastul spune că: „Dumnezeu, fiind bun și de oameni iubitor, are îndelungă răbdare și așteaptă mult pocăința fiecăruia dintre păcătoși, făcând sărbătoare cerească din întoarcerea celui ce se căiește”³²⁶.

Pocăința, spune Arhimandritul Sofronie, este un dar de neprețuit oferit omenirii, este o minune a lui Dumnezeu prin care omul, după cădere, este rezidit. În pocăință vede o revărsare a însuflării dumnezeiești peste noi, în virtutea căreia putem să ne ridicăm din starea de păcat către Dumnezeu. Îndumnezeirea, care trebuie să fie ținta omului în această viață, se săvârșește tot prin pocăință³²⁷.

Cel care s-a dovedit a fi un mare predicator al pocăinței a fost Sfântul Ioan Botezătorul despre care aflăm în Sfânta Evanghelie la Sfântul Apostol și Evanghelist Matei că se adresează oamenilor cu îndemnul „*Pocăiți-vă că s-a apropiat Împărăția cerurilor*” (Matei 3, 2).

Sfântul Teofilact al Bulgariei, tâlcuind acest verset, spune că „Împărăția cerurilor” reprezintă aici „Împărăția Cerurilor cea dintâi și cea de a doua Venire a lui Hristos, dar și viețuirea cu fapte bune”³²⁸. Practic, Ioan Botezătorul, cel care s-a învrednicit a boteza pe Însuși Fiul lui Dumnezeu, îndeamnă oamenii să se pocăiască și să stăruie în săvârșirea faptelor bune.

Botezul este ușa de intrare în creștinism a oricărui om prin care i se iartă păcatul strămoșesc, păcatul neascultării ce a pricinuit căderea primilor oameni din grădina Raiului. Taina Pocăinței este considerată al doilea botez, însă un botez al lacrimilor prin care cerem iertare pentru păcatele săvârșite în mod conștient și liber, din știință sau neștiință. Spovedania fără pocăință nu are valoare deoarece nu schimbă pe om. Simpla mărturisire a păcatelor, fără părere de rău și muștrare însoțită de hotărârea de a nu le mai săvârși, nu poate fi de folos nimănui.

³²⁵ Jean-Claude Larchet, *Terapeutică bolilor spirituale*, p. 35.

³²⁶ Sfântul Simeon Metafrastul, *Parafraza la Sfântul Macarie Egipteanul* 71, traducere de Pr. Prof. dr. Dumitru Stăniloae, în „Filocalia Românească”, volumul 5, Editura I.B.M.O., București, 2011, p. 386.

³²⁷ Arhimandritul Sofronie, *Vom vedea pe Dumnezeu precum este*, p. 27.

³²⁸ Sfântul Teofilact Arhiepiscopul Bulgariei, *Tâlcuirea Sfintei Evanghelii de la Matei*, p. 161.

La botezul cel dintâi al curăției omului, spun Sfinții Părinți Atoniți, nu-i trebuie suferința întristărilor, ci bucurie pentru faptul că se curăță de păcatul strămoșesc, însă pentru cel de-al doilea care îl curăță pe om de deprinderile sale păcătoase este nevoie de lacrimi³²⁹.

Pocăința înseamnă lacrimi pentru cel care a conștientizat faptul că și-a risipit timpul vieții petrecând în păcate grele, lacrimi pentru nelucrarea talanților primiți în dar de la Dumnezeu risipindu-și, în felul acesta, întreaga comoară a sufletului, însă, prin intermediul lor, rănilor sufletului sunt spălate și urmează a fi vindecate.

Hotarul pocăinței, spunea Arhimandritul Sofronie, „este o răpire a sufletului de către Dumnezeu” care este atras de Lumina dumnezeiască pe care nu o vede, dar de a cărei căldură se înmoaie inima. Sufletul, văzându-se așa cum este, se umple de groază și începe să plângă. Este sfâșiat de imaginea păcatelor ce se află în el, pe care le vede în esența lor, însă, în această stare de ușoară deznădejde, se simte prezența lui Dumnezeu Care inspiră nădejde. „Nevoința sustragerii de la patimile, ce împiedică venirea Luminii”, este dureroasă³³⁰.

Omul care trăiește în păcat, din punct de vedere spiritual, se află undeva în afara sinelui, și, astfel, se produce un gol în sufletul său pe care încearcă să-l umple cu tot felul de plăceri, fără să-și dea seama că, astfel, situația lui se va înrăutăți. Ca să revină în „Casa părintească” omul are nevoie „să vină întru sine”. Aceasta înseamnă că el a ajuns să conștientizeze stare rea în care se află. „Cunoștința păcătoșeniei” este prima treaptă pe scara pocăinței. De aceea proorocul David a spus către Dumnezeu: „Miluiește-mă, [...] că fărădelegea mea eu o cunosc”³³¹.

Sufletul care și-a pierdut pacea trebuie să se pocăiască, ne spune Sfântul Siluan Athonitul, și pocăindu-se Dumnezeu îi va ierta păcatele și atunci bucuria și pacea se vor reîntoarce în suflet³³². Însă este important de precizat faptul că iertarea păcatelor nu este un merit al omului sau o răsplată pentru faptele sale bune, ci este un dar de la Dumnezeu din dragoste și iubire pentru oameni³³³.

Sfântul Siluan spune că celui care se pocăiește, Dumnezeu „îi dăruiește raiul și vecinica Împărăție” și așa cum nu și-a adus aminte de păcatele tâlharului de pe cruce, tot așa nu-și va aduce aminte nici de păcatele acestuia³³⁴.

Pentru ca omul să fie atent la mișcările sufletului și la glasul conștiinței care îl avertizează despre formele pe care le poate îmbrăca păcatul este nevoie de trezvie, să aibă

³²⁹ *Fapte minunate de la părinți atoniți*, p. 177.

³³⁰ Arhimandritul Sofronie, *Vom vedea pe Dumnezeu precum este*, pp. 25-26.

³³¹ Ieromonah Grigorie, *Pocăința fiului și iubirea Tatălui. O interpretare patristică a „Parolei Fiului Risipitor”*, traducere de pr. dr. Constantin Petrache, Editura Egumenița, Galați, 2011, p. 41-43.

³³² Sfântul Siluan Athonitul, *Între iadul deznădejdi și iadul smereniei*, p. 129.

³³³ Sfântul Simeon Noul Teolog, *Miezul înțelepciunii Părinților*, p. 52.

³³⁴ Arhimandritul Sofronie, *Cuviosul Siluan Athonitul*, pp. 359-360.

mintea trează, să fie prezent în tot ceea ce face având mereu cugetul îndreptat către Dumnezeu.

„Descoperindu-și gândurile, creștinul află de la duhovnic tâlcul și însemnătatea lor duhovnicească și este sfătuit cum să le primească”³³⁵.

Pe de altă parte, Arhimandritul Zaharia Zaharou afirmă faptul că trezvia este o „aducere-aminte de Dumnezeu” și nu o simplă atenție și cu ajutorul ei, omul deprinde nădejdea bunătaților celor viitoare. Când atenția este îndreptată cu rugăciune spre inimă, atunci aceasta dobândește un „simț” cu ajutorul căruia știe dacă un gând este de la Dumnezeu sau dacă este de la vrăjmașul. Odată creat acest loc luminos în inimă, prin lucrarea tainică a pocăinței, mintea va rămâne mereu atrasă acolo și astfel orice gând străin rămâne afară și nu mai poate să rănească mintea sau inima. Trezvia atrage harul Sfântului Duh în inimă, ceea ce va face ca meșteșugurile vrăjmașului să fie zădărnice. Fără trezvie, omul este doar trup, iar trupul „să moștenească Împărăția lui Dumnezeu nu poate (I Corinteni 15, 50)”³³⁶.

Pentru ca nimic, din toate câte le facem „să nu se facă înafara lui Dumnezeu”, spune Arhimandritul Sofronie, este nevoie să începem mai întâi, prin a dobândi trezvia³³⁷.

În învățăturile Cuviosului Paisie Aghioritul, trezvia înseamnă priveghere, atenție la gândurile care ne vin în minte, și consideră că disprețul este cea mai bună metodă de a le înfrunta. Fără trezvie însă, atacul acestor gânduri nasc în noi patimi și astfel devenim „bazarul patimilor”³³⁸.

Trezvia atrage harul în inimă, și omul deprinde, astfel, darul discernământului. Întărit prin har, el nu va mai putea fi doborât ușor de griji, supărări, depresie sau deznădejde, ci cu smerenie recunoscându-și păcatele, are nădejde că Hristos nu privește atât de mult la căderile lui ci mai cu seamă la ridicarea lui.

Sfântul Siluan Athonitul ne încredințează că cel ce se căiește cu adevărat pentru păcatele sale, acela nu se mai îngrijește de cele exterioare lui, ci rabdă de bunăvoie toate necazurile: „foamete și golătate, frig și arșiță, boală și sărăcie, înjosiri și prigoane, nedreptate și clevetiri”³³⁹.

Se cuvine să fim recunoscători toată viața Bunului Dumnezeu că ne-a dăruit șansa reîntoarcerii, împăcării și tămăduirii bolilor noastre sufletești și, în special, pentru că ne-a înrudit cu El, oferindu-ne astfel și perspectiva vieții celei veșnice. De noi depinde veșnicia noastră și de modul în care folosim libertatea cu care ne-a înzestrat Dumnezeu.

³³⁵ Jean-Claude Larchet, *Inconștientul spiritual sau Adâncul neștiut al inimii*, p. 190.

³³⁶ Arhim. Zaharia Zaharou, *Răscumpărând vremea*, p. 41.

³³⁷ Arhimandritul Sofronie, *Din Viață și din Duh*, p. 37.

³³⁸ Cuviosul Paisie Aghioritul, *Mica Filocalie*, p. 143.

³³⁹ Arhimandritul Sofronie, *Cuviosul Siluan Athonitul*, p. 360.

III.2. Învățătura Mitropolitului Antonie despre Spovedanie și iertarea păcatelor

III.2.1. Pregătirea pentru spovedanie

În acest secol al vitezei, în care asistăm, pe zi ce trece, la un proces continuu de dezvoltare a tehnologiilor și a mijloacelor de comunicare, în care un rol important îl ocupă telefonul mobil și internetul, omul zilelor noastre a ajuns să petreacă cea mai mare parte a timpului său în afara lui. Meditația, cercetarea conștiinței, viața lăuntrică pare să nu mai intereseze pe foarte multă lume deoarece aceasta implică o chestiune de timp, de retragere, de liniștire, de izolare de zgomotul societății în care trăim, iar gestionarea timpului reprezintă o altă problemă pentru omul zilelor noastre.

Spunea, Părintele Antonie, că, din toate părțile suntem înconjurați, pe de o parte, de temeri și griji, iar pe de altă parte, de dorințe dintre cele mai diverse ceea ce ne face să fim „atât de tulburați lăuntric încât rareori trăim în lăuntru nostru - trăim pe lângă noi”³⁴⁰.

El atrăgea atenția asupra necesității unui timp de liniștire, care poate fi un prilej de adunare și cercetare a sinelui. „El socotea acest timp de liniștire și de pregătire ca fiind absolut necesar pentru o spovedanie temeinică, ce nu se putea realiza decât prin punerea de o parte a unui asemenea timp, care devenea un binecuvântat prilej de cercetare a cugetului”³⁴¹.

Obișnuiți fiind să petrecem foarte mult timp împlinind datoriile noastre sociale de zi cu zi, asaltați de o societate în care trebuie să facem față la foarte multe provocări și oferte, a alege liniștea și petrecerea unui timp în afara acestor atracții este un act de voință pe care doar Dumnezeu ți-l poate oferi. Dar motivația cea mai mare poate fi aceea că te descoperi pe tine, afli cum ești cu adevărat.

Astfel, spunea Vlădica Antonie, „spovedania și pregătirea pentru spovedanie ar putea să aibă un rol pozitiv și creator, în acest efort pe care îl facem în vederea redescoperirii omului lăuntric”³⁴².

Plecând de la aceste realități în care noi ne trăim viața, constatăm că spovedania este o mare provocare, pentru că ea ne pune în situația de a părăsi această lume, de a părăsi această zonă de confort și de a trăi un timp cu noi, în liniște pentru ca să ne putem auzi. Acesta este

³⁴⁰ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Reflecții. O călătorie duhovnicească*, p. 22.

³⁴¹ Idem, *Doamne, fii cu noi!*, p. 6.

³⁴² *Ibidem*, p. 13.

cadrul necesar pentru a putea pătrunde în adâncul inimii noastre atunci când dorim să ne pregătim pentru spovedanie.

Pregătirea spovedaniei constituie unul din elementele cele mai importante din cadrul ei deoarece, spune Vlădica Antonie: „spovedania în sine poate consta uneori și în câteva cuvinte, însă pregătirea pentru ea ar trebui să reprezinte cea mai profundă răscolire a sufletului”. Acest lucru implică bărbăție și curaj, pentru că va trebui să coborâm în întunericul din noi, iar acest lucru nu este posibil decât cu ajutorul lui Dumnezeu, Singurul Care, de altfel, a coborât în iad. El este Lumina care face posibilă vederea în întunericul din sufletul nostru³⁴³.

Există, în practică, obiceiul de a consulta în procesul de pregătire pentru spovedanie un îndreptar de spovedanie ceea ce din anumite puncte de vedere nu este rău. Săvârșim de multe ori păcate despre care nu știm că sunt păcate și în acest caz, un astfel de îndreptar este foarte util. Părintele Antonie, însă, constată că, adesea, vin oamenii la spovedit cu liste întregi de păcate și multe dintre ele nu prea au legătură cu ceea ce îi doare în mod real motiv pentru care se adresa ucenicilor săi astfel: „Spovedește ceea ce tu ai trăit”³⁴⁴.

Părintele Antonie recomandă celui care se pregătește pentru spovedanie să-și cerceteze sufletul și inima, să identifice acele lucruri care nu sunt în acord cu voia lui Dumnezeu și care îi tulbură liniștea sufletului pentru a le spovedi ca ulterior să poată lucra la vindecarea lui. Doar în acest fel și după o asemenea pregătire, acea spovedanie îi va fi de folos.

Lecturarea Sfintei Scripturi, spune Vlădica Antonie, este o altă cale de pregătire pentru spovedanie. Pasajele, cuvintele, poruncile din Sfânta Scriptură care stârnesc repulsie în sufletul nostru, sunt cele care scot la lumină lucrurile care ne despart de Hristos. Este important să pornim spovedania de la acestea, de la conștiința că nu suntem fideli în relația de prietenie pe care o avem cu Hristos³⁴⁵.

Mitropolitul recomandă după citirea unui pasaj din Sfânta Evanghelie, să ne întrebăm la modul cel mai sincer: „Ce a vrut Dumnezeu să-mi transmită? Ar putea dura ore întregi până când să ajungem să înțelegem sensul cuvintelor, dar să nu trecem în grabă la următorul pasaj. Să ascultăm atunci când Hristos vorbește”³⁴⁶.

Acceptăm, în parte, pe Hristos, și nu întreg. Suntem de acord cu El până la un punct, după care parcă devine imposibil, greu de înțeles și de urmat. În sufletul nostru, se creează ziduri despărțitoare, care ne țin separați de Hristos. Simțind că ceva lipsește și că în sufletul

³⁴³ Pr. Roman Rytsar, *op. cit.*, p. 316.

³⁴⁴ Antonie Bloom, Mitropolitul Surojului, *Despre credință și îndoială*, traducere de Mihai Costiș, Editura Cathisma, București, 2009, p. 195.

³⁴⁵ Mitropolit Antonie de Suroj, *Taina iertării. Taina tămăduirii*, p. 102.

³⁴⁶ Gillian Crow, *op. cit.*, p. 338.

nostru a apărut un gol, adesea încercăm să-l umplem cu ceea ce avem la îndemână, cu plăceri, păcate, patimi, în general cu ceea ce ne oferă un confort imediat.

Pentru a ilustra acest tablou desprins din viața multora dintre noi, Vlădica Antonie spunea că, adesea, suntem în stare să-I spunem lui Hristos că „Tu nu ești îndeajuns de interesant pentru mine ca să renunț la toate lucrurile. Eu renunț la Tine. Îți întorc spatele. Într-adevăr, mă voi întoarce la Tine când voi avea nevoie de ceva”³⁴⁷.

După ce am identificat lucrurile care ne despart de Hristos, Vlădica învăța că e bine să ne aplecăm și asupra acelor lucruri față de care inima și sufletul nostru se apleacă cu bucurie, pentru că ele ne leagă de Hristos. Aceste lucruri, care uneori pot fi mărunte în funcție de statura duhovnicească a fiecăruia, sunt locurile în care ne întâlnim cu Hristos. Sunt acele realități pe care le avem în comun cu El prin care nu mai suntem străini față de El, ci înrudiți cu El. Aceste mici raze de lumină din sufletul nostru, care fac inima să se aprindă de bucurie, trebuie ocrotite și păstrate cu multă grijă și atenție pentru că „înseamnă că am găsit în mine însumi un loc, în care chipul Domnului este deja viu înaintea ochilor mei, iar eu nu am dreptul să îl stric sau să îl acopăr”³⁴⁸. Spovedania poate pleca și de la a vedea în ce măsură am greșit față de aceste locuri ce ne așează în comuniune cu Dumnezeu și măsura în care păcatul ne desparte de El.

Odată descoperite aceste realități ce ne leagă de Hristos, este important ca printr-o atenție cuvenită să le menținem cât mai mult vii, să devină candelă dătătoare de lumină și căldură în sufletul nostru pe care să le menținem mereu aprinse.

Ca orice îndrumător de suflete, de multe ori, Vlădica Antonie a fost pus în situația de a răspunde la tot felul de întrebări care-i frământau pe cei care i-au călcat pragul. Printre acestea, un loc important l-au ocupat întrebările despre felul în care ar trebui să fie făcută o spovedanie pentru a-și îndeplini scopul pentru care este săvârșită. La această întrebare el răspundea: „spovedește-te ca și cum ar fi ultima dată când ți-ar fi dat pe pământ să faci această lucrare pentru întreaga ta viață trecută, înainte de a intra în eternitate și de a te găsi în fața judecății lui Dumnezeu”³⁴⁹.

Sau alegea să răspundă la întrebare prin alte întrebări, menite să-i angajeze pe ucenicii lui într-un real proces de conștiință și de răscolire a adâncului sufletului lor, spre a vedea concret ceea ce îi desparte pe ei de Dumnezeu și de oameni. Așa că îi puneă să se întrebe: „unde stau eu cu privire la Dumnezeu, cu privire la alți oameni? În ce măsură sunt despărțit de ei? În ce măsură îi desconsider sau îi resping? În ce măsură îmi dau seama de aceasta, sau am

³⁴⁷ Antonie Bloom, Mitropolitul Surojului, *Despre credință și îndoială*, p. 27.

³⁴⁸ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Adierea Duhului. Purtarea de grijă față de suflet*, pp. 420-421.

³⁴⁹ Antonie de Suroj, *Taina vindecării*, p. 80.

devenit atât de indiferent încât nu mă mai doare acest lucru? Cum de se întâmplă așa? De ce se întâmplă așa? Ce să fac ca să îndrept această stare a lucrurilor? Contează oare toate acestea pentru mine, sau îmi este mai degrabă indiferent?”³⁵⁰.

Ca mulți alți părinți duhovnicești, a păstrat calea de mijloc, privind omul în ansamblul său, ca pe o făptură a lui Dumnezeu care este sensibilă atât la lucrurile negative din viața lui, cât și la cele pozitive, având capacitatea de a se ridica, folosindu-se de amândouă. Vlădica Antonie avea în vedere evitarea riscului ca nu cumva cineva să pice în deznădejde, de a considera că în viața lui nimic nu este bun.

Spunea Mitropolitul Antonie despre Sfântul Apostol Pavel că sfătuia pe oameni ca, în loc să agonisească în sufletele lor lucrurile cele rele, mai bine să-L descopere pe Hristos în ei, apoi să învețe a vedea ceea ce este deja după chipul și asemănarea lui Dumnezeu în ei și odată descoperite acestea, să rămână statornici și credincioși sinelui celui autentic și bun: „În loc să ne punem neîncetat întrebarea: Ce e în neregulă cu mine? de ce să nu ne întrebăm: Prin ce anume sunt deja asemenea cu Dumnezeu? În armonie cu El... Cât de departe mă aflu pe calea dobândirii deplinătății staturii lui Hristos?”³⁵¹. Nu cumva tocmai aflarea acestor lucruri pot constitui un real avânt în strădania noastră de a ne desăvârși?

Pregătirea pentru spovedanie trebuie învățată încă din fragedă copilărie pentru că va veni o zi în care trecutul nostru ne va acuza pentru tot ceea ce am săvârșit și nu am isprăvit prin mărturisire. Greu ne este a sta în fața lumii, dacă ea ar ști cu adevărat ceea ce suntem, și cu atât mai greu ne va fi la Judecata finală când toate câte le-am făcut se vor descoperi în fața tuturor și acest lucru deoarece am amânat cu prea multă ușurință ceea ce trebuia să facem la timpul potrivit³⁵².

De multe ori „când spovedea pe cineva, i se întâmpla să-i spună: Poate că mâine vei muri, așa că acum rostești ultimele tale vorbe de pocăință înainte de a te înfățișa înaintea Judecătorului”³⁵³.

Spovedania privită din acest punct de vedere nu este o joacă, ci un lucru ce trebuie valorificat, este o șansă cu care nu ne putem întâlni decât în viața aceasta. De aici deducem valoarea timpului pe care îl trăim și motivul pentru care ar trebui să avem o conștiință trează, să înțelegem că în orice moment poate să ne cheme Dumnezeu la El și trebuie să fim pregătiți.

Valoarea unei spovedanii este dată de timpul pe care îl rezervăm pentru cercetarea noastră lăuntrică, când ne aflăm față în față cu propria noastră conștiință. Este momentul când

³⁵⁰ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Doamne, fii cu noi!*, pp. 85-86.

³⁵¹ Idem, *Reflecții. O călătorie duhovnicească*, p. 21.

³⁵² Antonie de Suroj, *Taina vindecării*, p. 41.

³⁵³ Michel Evdochimov, *op. cit.*, p. 16.

de fapt ne asumăm în mod sincer și liber responsabilitatea pentru toate faptele noastre rele ce urmează a le mărturisi duhovnicului³⁵⁴.

Mitropolitul Antonie, atunci când spovedea pe cineva, îl făcea să conștientizeze realitatea lumii celei veșnice, iar conștientizarea păcatului era esențială deoarece exista riscul trăirii în indiferență față de Împărăția pe care Dumnezeu a gătit-o tuturor oamenilor. Cine trăiește departe de Hristos nu poate să intre în această Împărăție³⁵⁵.

În acest sens, înainte de a veni la spovedanie, Vlădica Antonie recomanda că ar fi bine să ne întrebăm: „Oare m-am împăcat cu toți cei față de care am greșit, cu cei a căror amintire îmi apare în minte și de care sunt conștient, cu rușine, cu durere sau poate cu o indiferență totală, fără inimă?”³⁵⁶.

De ce este atât de important să fim împăcați cu toată lumea? Un posibil răspuns ar fi acela că nimeni nu știe precis câte zile are de trăit și într-o clipă te poți afla în fața lui Dumnezeu așteptând judecata.

Mi-a plăcut foarte mult una din experiențele trăite de Vlădica Antonie cu privire la ceea ce însemna pregătirea pentru spovedanie într-o familie pe care părintele o vizitase cândva, în care părinții își cereau iertare de la copiii lor înainte de a se duce la spovedanie: „Într-o zi, am venit la ei înainte de a se duce la biserică și i-am găsit pe cei patru copii stând în rând, iar tatăl și mama îngenuncheau înaintea fiecăruia dintre ei și le cereau iertare fiindcă voiau să meargă să se spovedească și să se împărtășească”³⁵⁷.

³⁵⁴ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Doamne, fii cu noi!*, pp. 13.

³⁵⁵ Michel Evdochimov, *op. cit.*, p. 47.

³⁵⁶ Antonie Bloom, Mitropolitul Surojului, *Despre credință și îndoială*, p. 31.

³⁵⁷ *Ibidem*, p. 73.

III.2.2. Spovedania, calea întoarcerii, împăcării și întâlnirii cu Hristos

Aflat într-o vizită la una din închisorile Londrei, Mitropolitul Antonie, este impresionat de mărturia unui prizonier care i-a spus: „Nu știi ce ușurare este să fii prins”. Constată, în urma acestei experiențe, că bucuria de a fi găsit lipsește cu desăvârșire din viața noastră, tocmai pentru că noi ne străduim în relație cu ceilalți să nu fim descoperiți. Ne ascundem după tot felul de măști pentru că, adesea, nu ne putem mândri în sensul bun al cuvântului cu ceea ce suntem. Dar cel mai trist lucru ce ni se poate întâmpla este a nu fi aflați sau descoperiți de Dumnezeu³⁵⁸.

În pilda celor zece fecioare, ilustrată de Sfântul Apostol și Evanghelist Matei, găsim un cuvânt greu adresat de Mântuitorul celor cinci fecioare fără de minte: „Adevărat zic vouă: Nu vă cunosc pe voi” (Matei 25, 12). Ce poate fi mai trist decât să auzi din gura Celui care le-a zidit pe toate și în fața Căruia „perii capului, toți sunt numărați” (Matei 10, 30), că nu te cunoaște? Dacă stăm și cugetăm puțin la această întrebare ne putem da seama cât este de primejdios a ne ascunde de Hristos, precum odinioară Adam în Rai, după ce căzuse din ascultare.

Cu alt prilej, vine Mântuitorul și ne spune „cine va voi să-și scape sufletul îl va pierde, iar cine va pierde sufletul Său pentru Mine și pentru Evanghelie, acela îl va scăpa” (Marcu 8, 35). Este vorba chiar despre ceea ce spunea Vlădica Antonie în sensul că încercăm să ne salvăm sufletul, cutând să părem ceea ce nu suntem de fapt, în fața oamenilor, însă din păcate față de Dumnezeu îl vom pierde, pe când cei care vor fi osândiți de lume din pricina a ceea ce sunt cu adevărat își vor pierde sufletul pentru Hristos, câștigându-l de fapt.

Spunea Vlădica Antonie că „judecata va fi să-L vedem pe Cel pe Care noi l-am ucis prin păcatul nostru și Care stă acum în fața noastră cu toată dragostea Sa” și pentru a nu fi martorii acestui fapt înfricoșător este necesar ca în fiecare mărturisire să ne descoperim în fața lui Hristos așa cum suntem ca și cum aceasta ar fi ultima nădejde a noastră³⁵⁹.

Spovedania, privită ca întâlnire cu Hristos, este o șansă de a ne evalua și a vedea ceea ce încă mai avem de lucrat pentru mântuirea noastră deoarece „fiecare întâlnire cu Dumnezeul cel Viu, este o anticipare a Judecății din urmă unde se va stabili destinul nostru”³⁶⁰.

Acum ai șansa și, paradoxal, „bucuria”, că te poți supune judecății Lui, când încă mai poți face ceva pentru îndreptarea ta, când încă te mai poți pocăi pentru păcatele pe care le-ai săvârșit prin care ai întristat pe aproapele tău și ai răstignit pe Hristos, căci spune: „întrucât ați

³⁵⁸ *Ibidem*, p. 10.

³⁵⁹ *Ibidem*, p. 283.

³⁶⁰ Antonie de Suroj, *Taina vindecării*, p. 82.

făcut unuia dintr-acești frați ai Mei, prea mici, Mie Mi-ați făcut” (Matei 25, 40). De ce să considerăm osândirea noastră în lumea aceasta ca pe o șansă? Pentru că ne arată Mântuitorul, în pilda săracului Lazăr și a bogatului, că, odată ce ai făcut pasul în viața veșnică, nu mai poți face nimic pentru sufletul tău. Te duci în veșnicie așa cum ești, spovedit sau nu, împăcat sau nu, îndreptat sau nu, ceea ce ar trebui să ne pună pe gânduri. De fapt, asta făcea Vlădica Antonie, încerca să-și trezească ucenicii și să-i pună pe gânduri, să trăiască cu adevărat, nu să se prefacă trăind o viață oarbă, surdă în confuzie și întuneric.

Sfântul Apostol Pavel este o mărturie evidentă pentru noi creștinii, știind că el niciodată nu a ezitat față de oameni să-și ascundă trecutul său de „prigonitor și vrăjmaș al lui Hristos. De ce? Fiindcă pentru el, Dumnezeu conta mai mult chiar decât propria persoană”³⁶¹.

Propovăduia pe Hristos și, în același timp, recunoștea faptul că odată, cândva, a fost cel mai mare prigonitor al Său. Ținem foarte mult la imaginea noastră și nu avem curajul să recunoaștem că în relație cu aproapele, într-o perioadă am fost potrivnici lui, chiar și după ce ne-am împăcat cu el.

Asemeni lui Adam și Cain, care au fugit din fața lui Dumnezeu, ascunzându-și fărâdelegea, de cele mai multe ori și noi, cei de azi, facem tot posibilul ca să îngropăm în eul nostru lăuntric păcatele noastre. Dar cum Dumnezeu a știut de ce suntem noi în stare ne-a oferit o șansă, spovedania, ca să ne putem elibera sufletul încărcat cu păcate³⁶².

Păcatul, în viziunea mitropolitului, era asemeni unui râu mai mare sau mai mic, ce înconjoară Împărăția lui Dumnezeu, iar atunci când omul alege să-l săvârșească, el de fapt alege să iasă din Împărăție, să se despartă de Hristos și să treacă pe malul celălalt. Taina Spovedaniei este cea prin care omul este ajutat să treacă înapoi peste râu spre Împărăție³⁶³.

Pocăinței, despre care vom vorbi mai în detaliu în următorul capitol, se datorează ulterior reprimirea și integrarea din nou a dezertorului în Împărăție. Pentru că se poate să vii la spovedanie și după ce pleci, să te întorci din nou la păcatele pe care tocmai le-ai mărturisit. De aceea, spovedania dacă nu este însoțită și de pocăință rămâne nelucrătoare.

În viziunea Părintelui Antonie, spovedania, ca și rugăciunea, după cum am putut vedea, este o cale a omului de „întâlnire cu Dumnezeu”. Reprezentativă, în sensul acesta, este pilda întoarcerii fiului risipitor, privită ca o reîntâlnire cu Tatăl, pe Care L-a părăsit cândva: „noi precum fiul risipitor, trebuie să-L întâlnim pe Dumnezeu de Care ne-am înstrăinat, pe

³⁶¹ Antonie Bloom, Mitropolitul Surojului, *Despre credință și îndoială*, p. 12.

³⁶² Michel Evdochimov, *op. cit.*, p. 49.

³⁶³ Gillian Crow, *op. cit.*, p. 329.

Care L-am respins, pe Care L-am izgonit...trebuie să ne amintim că El nu ne întâmpină ca Judecător, ci ca Mântuitor”³⁶⁴.

Curajul fiului risipitor de a se întoarce acasă s-a născut din amintirea tatălui său iubitor, și, ajuns acasă, din sufletul său izvorăște o spovedanie deplină: „Tată, am greșit la cer și înaintea ta; nu mai sunt vrednic să mă numesc fiul tău. Fă-mă ca pe unul din argații tăi” (Luca 15, 18-19)³⁶⁵.

Este important să nu ratăm această întâlnire deoarece în situația fiului risipitor ne aflăm fiecare dintre noi, în momentul când ne îndepărtăm de Dumnezeu și cheltuim toată averea pe care El ne-a oferit-o, înțelegând prin avere sănătate, viață, stare materială și multe alte daruri. Adesea, uităm că toate acestea le-am primit de la El și că suntem datori să-I fim recunoscători pentru ele, pentru faptul că le-am primit fără vreun merit personal.

Odată ce credem într-un astfel de Dumnezeu, Vlădica Antonie zicea: „înseamnă că toata viața noastră ar trebui să fie recunoștință de la un cap la altul, recunoștință întrupată în cugetul nostru, în inima noastră, în voința noastră, în fiecare acțiune a noastră”³⁶⁶.

Când conștientizăm că nu ne-a mai rămas nimic și că suntem goi, săraci, flămânzi, tânjim după ceea ce am avut cândva, când eram în preajma Tatălui, și El așteaptă întoarcerea noastră, ne compătimește pentru trădarea noastră care ne-a adus în starea de nefericire. Iese în întâmpinarea noastră, ne așteaptă cu brațele deschise, dar nu ca un Judecător, ci ca un Părinte tocmai pentru a ne arăta că ne iubește, chiar dacă am căzut, cu o dragoste necondiționată, care niciodată nu se micșorează. Spovedania este, astfel, o întâlnire, și nu o judecată, o întâlnire pe care, așa cum ziceam, este bine să nu o ratăm deoarece ea poate fi un prilej de restaurare a noastră și de vindecare.

Ne adresăm lui Dumnezeu cu numele de „Tată”, ceea ce arată faptul că nu suntem străini de El. Una din condițiile noastre, pentru care venim la spovedanie, este tocmai faptul că suntem înrudiți cu El. Este un moment al adevărului, în care vedem cât de mult ne-am îndepărtat de vocația pentru care am fost chemați de Dumnezeu și de a ne întoarce la El precum fiul risipitor. „Venim la spovedanie pentru că de fapt suntem copiii lui Dumnezeu, proprii Lui fii și fiice, rude cu El...atunci când venim la spovedanie, primul lucru pe care trebuie să-l realizăm este că venim la Tatăl Care ne va întâmpina cu dragoste și împreună-pătimire...”³⁶⁷.

³⁶⁴ Antonie Bloom, Mitropolitul Surojului, *Despre credință și îndoială*, p. 23

³⁶⁵ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Reflecții. O călătorie duhovnicească*, p. 97.

³⁶⁶ Idem, *Taina iubirii*, p. 34.

³⁶⁷ Idem, *Doamne, fii cu noi!*, p. 73.

Oare câți dintre noi avem conștiința că pe lângă tatăl nostru biologic mai avem un Tată cât se poate de viu și real, Care este pregătit mereu să ne asculte, Care ne-a pregătit în dar o lume cu totul desăvârșită, cea a veșniciei pe care noi ca niște copii mici o ignorăm? Dintotdeauna lumea a fabricat și fabrică și azi, prin mijloace din ce în ce mai performante, tot felul de falși dumnezei și se străduie să ne facă să credem că totul este aici, pe Pământ, și rai și iad, în mod eronat. Despre ieșirea din această înșelare vorbește Părintele Antonie și curajul de a descoperi Adevărul prin toate mijloacele pe care Biserica ni le pune la dispoziție printre care se numără și spovedania.

În relația noastră cu Hristos. ne comportăm, adesea, ca și cum am fi interesați doar de darurile Lui, nu și de persoana Lui „Nu mă interesează persoana Ta. Nu mă interesează decât darurile Tale”³⁶⁸.

Luăm de la Dumnezeu tot ceea ce are de oferit și întrebuițăm cele primite după bunul nostru plac, și constatăm că într-o zi ne ajunge foamea, acea foame spirituală ce nu poate fi astâmpărată cu nimic din cele materiale. Cei care își vin în fire și cugetă la rădăcinile existenței lor se întorc la El, rușinați precum fiul risipitor³⁶⁹.

Asemenea ne comportăm și noi azi, când ne purtăm față de Dumnezeu și de aproapele nostru de parcă scopul lor pe lângă noi este de a ne sluji, de a ne oferi tot ceea ce au chiar și viața lor în timp ce ei în sufletul nostru nu reprezintă mai nimic. Avem nevoie de ei doar în măsura în care ne pot satisface dorințele, îi transformăm în obiecte, călcându-le în picioare demnitatea de persoane. Apoi, ne facem stăpâni și proprietari de drept peste toate cele primite și ne excludem din taina iubirii. Ne izolăm în noi înșine și nu mai primim și nu mai oferim nimic. „Aceasta este de fapt esența păcatului - eliminarea iubirii, a cere de la cel care iubește și dăruiește să iasă din viața noastră, să se împace cu propria-i dispariție și să moară; această ucidere metaforică a iubirii este păcatul, păcatul lui Satan, al lui Adam și al lui Cain”³⁷⁰.

Este nevoie de o criză lăuntrică, de o stare de nefericire profundă pentru a putea ieși din acest vis, din această cădere. Acest moment poate să constituie clipa întoarcerii noastre, împăcarea cu cei pe care i-am desconsiderat, părăsit și folosit.

În Evanghelia Sfântului Apostol Matei, chiar în primul capitol, este prezentată genealogia Mântuitorului nostru. De aici vedem limpede că El este moștenitorul și răscumpărătorul întregului neam omenesc, începând de la primii oameni Adam și Eva. Făcând o paralelă cu această realitate istorică și ajungând la noi cei de azi, putem spune că purtăm în

³⁶⁸ Antonie Bloom, Mitropolitul Surojului, *Despre credință și îndoială*, p. 25.

³⁶⁹ Mitropolit Antonie de Suroj, *Taina iertării. Taina tămăduirii*, p. 16.

³⁷⁰ Idem, *Reflecții. O călătorie duhovnicească*, p. 94.

noi moștenirea a mii de generații de oameni cu care suntem într-o strânsă legătură. Cu toții aparținem unui neam, cu bune și cu rele.

În Vechiul Testament, la Iezechiel, găsim că „părinții au mâncat aguridă și copiilor li s-au strepezit dinții” (Iezechiel 18, 2), de unde deducem că faptele noastre se răsfrâng și asupra urmașilor noștri. Ceva din ceea ce noi nu am reușit să împlinim în viața noastră, rămâne spre a fi împlinit de cei care vor veni după noi. Putem considera acest lucru ca pe o a doua șansă pe care Hristos în marea Sa iubire de oameni ne-o oferă.

Deși nu ne aparțin păcatele săvârșite de cei din neamul nostru, dobândim o stare de păcătoșenie pe această linie, ca un fel de moștenire. Prin mărturisire și apoi prin pocăință, avem posibilitatea să curățim această stare, să o îndreptăm, dar acest lucru nu poate fi realizat fără asumarea acestei răspunderi, fără trăirea acestor păcate ca și cum ar fi ale noastre. În acest sens, Vlădica Antonie povestește despre o experiență trăită de el, pe când avea nouăsprezece ani, când face cunoștință cu un preot, în timp ce se afla în Franța. Părea un om ciudat, motiv pentru care l-a întrebat: „Părinte Mihail, pentru ce, prin ce îndemn ai devenit preot?” Răspunsul său a fost „pentru că străbunicul meu a săvârșitucidere”. Avea conștiința, acest părinte, că moștenește trupul și sângele bunicului său care murise fără să se pocăiască, și pentru că este strămoșul său, îl poartă cu sine în viața lui. Hotărâse să poarte și să-și asume el ceea ce bunicul său nu reușise, să-și dăruiască întreaga lui viață lui Hristos, viață în care era sigur că se află inclus și bunicul său³⁷¹.

Păcătuim împotriva lui Dumnezeu, zice Părintele Antonie, și prin atitudinea pe care o avem noi față de oameni, prin modul în care îi privim și ne raportăm la ei. Mica noastră jertfă sau darul pe care îl aducem la altar lui Dumnezeu, este primit sau nu de Hristos, în funcție de această atitudine pe care o manifestăm față de cei de lângă noi, așa încât zice Mântuitorul: „Deci, dacă îți vei aduce darul tău la altar și acolo îți vei aduce aminte că fratele tău are ceva împotriva ta, lasă darul tău acolo, înaintea altarului, și mergi întâi și împacă-te cu fratele tău și apoi, venind, adu darul tău” (Matei 5, 23-24)³⁷².

Părintele Antonie vrea să sublinieze, aici, importanța împăcării noastre cu aproapele, ca efect al spovedaniei, fără de care aceasta nu-și împlinește scopul. În zadar ne spovedim, ne mărturisim păcatele și cerem iertare de la Hristos și izbăvire din robia lor, atâta timp cât noi nu i-am iertat pe ceilalți, după îndemnul Mântuitorului, Care spune „precum voiți să vă facă vouă oamenii, faceți-le și voi asemenea” (Luca 6, 31).

³⁷¹ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Adierea Duhului. Purtarea de grijă față de suflet*, pp. 431-432.

³⁷² Antonie Bloom, Mitropolitul Surojului, *Despre credință și încredință*, p. 30.

Respingând pe aproapele nostru, noi, de fapt, ne închidem singuri drumul către Împărăția lui Dumnezeu pentru că „dacă nu putem spune «Tatăl nostru» în loc de «Tatăl meu», nu poate fi loc pentru noi în Împărăția Lui”.³⁷³

Hristos este Fiul, Care, în rugăciunea domnească, se roagă, smerit, împreună cu noi ca să ne facă părtași iubirii Tatălui, El este prietenul nostru de care ne apropiem sau ne depărtăm prin tot ceea ce facem. Vlădica Antonie insistă mult pe această relație de prietenie dintre noi și Hristos, spovedania fiind o ocazie de a veni să te întâlnești cu un Prieten, și nu cu un judecător care abia așteaptă să te pedepsească. De aceea, atunci când vii la această întâlnire, este necesar să-ți cercetezi conștiința.

De ce? Pentru că este o ocazie în care te poți întreba la modul cel mai serios „Ce am preferat în locul lui Hristos?”³⁷⁴.

Răspunsul la această întrebare poate să constituie baza unei spovedanii ce-ți va fi de folos, care te poate reacheza în relația de prietenie cu Cel care așteaptă îndreptarea ta, Cel care te vrea viu, fericit și mântuit. Hristos nu ne vrea ruși de realitățile lumii în care trăim și nici să ne punem un sac în cap, să nu mai vedem și să nu mai auzim nimic, ci vrea ca în tot ceea ce facem, să-L implicăm și pe El, să-L facem partenerul nostru lăuntric, în toate clipele vieții noastre. În rugăciunea domnească, Mântuitorul leagă iertarea păcatelor noastre de modul în care și noi îi iertăm pe cei care ne-au greșit. Nu este un act magic prin care omul este absolvit de orice greșală, ci este vorba despre o împreună lucrare. Hristos își dă viața pentru noi, iar noi trebuie să ne dăm viața pentru celălalt, să învățăm a muri și a învia „pentru că orice moarte trebuie urmată de o înviere, în fiecare zi!”³⁷⁵.

Iertarea dumnezeiască, spune Părintele Antonie, este „o declarație din partea lui Dumnezeu că ne primește, că primește respingerea de către noi a păcatului și ne primește așa cum suntem”³⁷⁶.

Prin păcat, ne înstrăinăm de Dumnezeu, dar de cele mai multe ori și de aproapele nostru, cu care am intrat în conflict. Astfel, împăcarea cu Dumnezeu trebuie să înceapă de la împăcarea cu cei cărora le-am greșit. Doar așa putem fi iertați pentru vina ce o purtăm față de aproapele nostru. Acestor două împăcări ca să spunem așa, trebuie să-i urmeze și cea de-a treia, împăcarea cu noi înșine³⁷⁷.

Împăcarea, după cum vedem, trebuie să fie fructul spovedaniei, altfel ea nu poate să semene decât cu un copac ce nu aduce roade.

³⁷³ Mitropolit Antonie de Suroj, *Taina iertării. Taina tămăduirii*, pp. 103-104.

³⁷⁴ Antonie Bloom, Mitropolitul Surojului, *Despre credință și îndoială*, p. 121.

³⁷⁵ Arhimandritul Arsenie Papacioc, *Veșnicia ascunsă într-o clipă*, p. 114.

³⁷⁶ Antonie Bloom, Mitropolitul Surojului, *Despre credință și îndoială*, p. 67

³⁷⁷ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Adierea Duhului. Purtarea de grijă față de suflet*, p. 357.

Femeia care a fost prinsă trăind în adulter, trăind în păcat, după Legea Vechiului Testament trebuia să fie ucisă cu pietre. Era conștient Hristos că păcatul ucide viața, bucuria, relațiile dintre oameni, într-un cuvânt ucide totul, și pentru redobândirea vieții nu există decât o singură cale: „trezirea, întoarcerea, împăcarea”. Hristos nu a privit atunci la femeia adulteră, ci la cealaltă fațetă a ei, a celei care îi era frică de consecința faptelor ei³⁷⁸.

Sfântul Apostol Pavel, în Epistola sa către Romani, spunea că „plata păcatului este moartea” (Romani 6, 23). Dacă am crede și am lua în serios acest adevăr, această realitate, cu siguranță alta ar fi și viața noastră.

Întrebat fiind Mitropolitul Antonie, în cadrul unor convorbiri cu adolescenții, care păcate vor fi iertate, acesta a răspuns: „Mai întâi de toate, păcatul nu se iartă pentru simplul fapt că l-ai numit, ci pentru că ți-a părut rău de ceea ce ai făcut, de ceea ce ai spus, de ceea ce ai gândit”³⁷⁹.

Îndemnul părintelui este acela de a merge la duhovnic să ne spovedim pentru acele lucruri care stârnesc în noi o stare de părere de rău, pe care le simțim ca pe o povară în sufletul nostru, care nu ne dau pace și liniște, ci ne izolează de aproapele nostru și de Hristos, conștiința având în acest sens un rol foarte important mai ales dacă admitem așa cum spun sfinții că aceasta este vocea lui Dumnezeu în om. Totodată, Vlădica Antonie încearcă să ne facă să înțelegem rostul pentru care merită să depunem efortul de a ne îndrepta, de a ne strădui să-i iertăm pe cei care ne-au greșit în vreun fel pentru ca și Dumnezeu să ne ierte pe noi prin spovedanie.

„În pofida a toate, rămân prietenul tău. În ciuda a toate, te iubesc cu toată viața și moartea Mea. Poți, ca răspuns la această iubire, să dovedești credincioșie cât de puțin? Nu aștept de la tine o schimbare totală, imediată. Ci schimbă-te pas cu pas. Ține-te de Mine. Te voi sprijini, te voi ajuta, te voi apăra, te voi călăuzi, îți voi da tărie, dar schimbă-te! Iar când vei primi iertare în numele Meu, de la preot, să nu-ți închipui că trecutul nu există. Trecutul va pieri doar atunci când vei fi devenit atât de străin acestui trecut, încât nu mai este al tău”³⁸⁰.

Faptul că am fost iertați de Hristos, după cum spune Vlădica Antonie, nu înseamnă uitarea trecutului nostru: „bine, hai să lăsăm, să uităm toate! Nu!”³⁸¹. Prin iertare, pot fi înțelese brațele deschise cu care Hristos ne acceptă așa cum suntem și așteaptă să ne angajăm în lupta cu păcatul, fiind încredințați de ajutorul Său, așteaptă să lucrăm și să ne implicăm

³⁷⁸ Idem, *Taina iertării. Taina tămăduirii*, p. 17.

³⁷⁹ Idem, *Adierea Duhului. Purtarea de grijă față de suflet*, p. 454.

³⁸⁰ Idem, *Mai aproape de Hristos. Spovedania și iertarea*, p. 127.

³⁸¹ Idem, *Adierea Duhului. Purtarea de grijă față de suflet*, p. 368.

activ în vindecarea noastră. Hristos nu ne șterge din mintea noastră realitățile trăite, nu face o magie prin care noi, după spovedanie, ne trezim alți oameni străini de trecutul nostru.

Odată ce ni s-a acordat iertarea, spune Părintele Antonie, este foarte important ca și noi să o primim, iar acest lucru implică două lucruri esențiale: „acceptarea și confirmarea”. Multă lume nu poate accepta iertarea primită, spunând: „Cum pot accepta iertarea lui Dumnezeu sau iertarea oferită mie de către alți oameni dacă eu nu pot să mă iert pe mine însumi?”. Esențial este să primim iertarea de la Dumnezeu și de la oameni ca pe un dar și nu ca pe un merit, ca pe o medalie. Acest lucru implică și un act de smerenie din partea noastră, să știm că ceilalți ne iartă pentru că ei ne pot cuprinde așa cum suntem în iubirea lor³⁸².

Omul vine cu sufletul încărcat să se spovedească și așteaptă ca preotul duhovnic să-l dezlege pentru a se putea simți liber, ușurat de povara păcatelor. Din fire, adesea, nu suportăm ideea că am greșit și că suntem păcătoși. Ținem cu dinții la imaginea noastră și atunci când simțim că este pătată cu ceva vrem numaidecât să ștergem totul cu buretele, conștiința să nu ne mai mustre și să fim iarăși mulțumiți și împăcați cu noi înșine.

În această privință, Mitropolitul Antonie susține ideea că pentru a primi dezlegarea pentru păcatele spovedite, ucenicul „trebuie să facă ceva înainte de a primi iertarea”, sau dezlegarea. Considera, de fapt, că eliberarea nu vine în mod gratuit, ci numai după ce vei fi îndreptat lucrurile pe care le-ai strâmbat în viața ta³⁸³.

Vrednicul de pomenire Părintele Arhimandrit Arsenie Papacioc spunea același lucru cu alte cuvinte, referindu-se la cei care considerau spovedania ca pe un lucru după care totul s-a terminat: „Părinte, sărut mâna, am venit, am spus, acum plec! Nu, nu frate! Pe unde vei merge să te înregistrezi mereu”³⁸⁴.

De la spovedanie, este important să pleci pregătit de luptă, atent la tot ceea ce faci pentru a nu repeta greșelile mărturisite, să participi și să determini, într-o oarecare măsură eliberarea, iertarea păcatelor. În acest sens, Vlădica Antonie dă câteva exemple din practica sa duhovnicească pentru a arăta că dezlegarea de păcate nu se poate da oricum, ci ea depinde de atitudinea ucenicului.

Povestea că a venit, odată, la el să se spovedească un bătrânel, spunându-i: „Părinte Antonie, trebuie să vă spun că sunt cuprins de o desăvârșită mânie împotriva acestei bătrâne care s-a spovedit înaintea mea. Ne-a ținut pe toți preț de zece minute!”³⁸⁵. Atunci părintele a pus ceasul și a cronometrat timpul cât s-a spovedit. La final, îi arată că a stat mult mai mult

³⁸² Idem, *Doamne, fii cu noi!*, pp. 78-79.

³⁸³ Idem, *Mai aproape de Hristos. Spovedania și iertarea*, p. 39.

³⁸⁴ Arhimandritul Arsenie Papacioc, *Veșnicia ascunsă într-o clipă*, p. 88.

³⁸⁵ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Adierea Duhului. Purtarea de grijă față de suflet*, p. 385.

decât ea spunându-i că va primi dezlegarea doar după ce își va cere scuze de la toți care urmau să se spovedească pentru că i-a făcut să aștepte³⁸⁶.

Dezlegarea de păcate, o condiționa Părintele Antonie de îndreptarea greșelilor săvârșite de ucenic. Astfel, spovedania devenea un act cât se poate de responsabil. Zaheu bunăoară după ce a aflat pe Hristos, a ales să facă ceva, a ales să plătească datoriile și orice bun agonisit pe nedrept. Se lămurise asupra acelor lucruri care îl țineau departe de Hristos și pentru a reface legătura și comuniunea cu El, trebuia să dărâme zidul nedreptăților săvârșite până atunci. Nu a zis Zaheu, mulțumesc Doamne pentru tot, și apoi și-a văzut mai departe de obiceiurile de până atunci, ci și-a schimbat efectiv viața.

Alergăm la duhovnic și căutăm să ne împăcăm cu noi înșine și să restabilim pacea sufletului, alterată de păcate. Însă nu acesta este singurul lucru pe care ar trebui să-l avem în vedere, când venim la spovedanie. Vlădica Antonie se întreba „se gândesc ei oare să regăsească pacea cu Dumnezeu?” adică au ei conștiința păcatului ca fiind cel prin care ei Îl răstignesc pe Hristos?³⁸⁷.

Știa cât de legați suntem de lumea aceasta și cât de departe este orizontul lumii nevăzute în viața celor care îl preferau ca părinte duhovnic și prin cuvinte alese, insuflate de harul lui Dumnezeu, încerca să facă prezentă în viața lor această lume, atât de străină de ei. Spovedania, pentru Vlădica Antonie, însemna restabilirea legăturii celei dintâi cu Dumnezeu de care s-au bucurat primii oameni în Rai, înainte de cădere și oportunitatea de a ne împăca cu El și de a face loc în inimile noastre la o stare de prezență a Lui, la care să ne raportăm în orice moment din viața noastră deoarece ne-a îndemnat să căutăm „mai întâi împărăția Lui Dumnezeu și dreptatea Lui și toate acestea se vor adăuga vouă” (Matei 6, 33).

Spovedania pentru a fi eficientă, pentru a avea efect în viața creștinului, trebuie să aibă un caracter personal, să fie sinceră și curată „să nu ne spovedim pentru altcineva”³⁸⁸, spune îndrumătorul de suflete Părintele Antonie. Spovedania trebuie să cuprindă în ea păcatele noastre și nu ale celorlalți, cu care poate suntem în conflict. Să vedem partea noastră de vină și să nu căutăm a da vina pe nimeni. Este dacă vreți, îndrăzneala de ați purta propria cruce, iar „cruce înseamnă să duci ce nu-ți convine!”³⁸⁹.

Îi îndemna pe fii săi duhovnicești să se ferească în timpul mărturisirii de afirmații generale de genul: „Sunt teribil de păătoasă” sau „Am încălcat toate poruncile”³⁹⁰.

³⁸⁶ *Ibidem*

³⁸⁷ Michel Evdochimov, *op. cit.*, pp. 50-51.

³⁸⁸ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Mai aproape de Hristos. Spovedania și iertarea*, p. 50.

³⁸⁹ Arhimandritul Arsenie Papacioc, *Veșnicia ascunsă într-o clipă*, p. 58.

³⁹⁰ Gillian Crow, *op. cit.*, p. 326.

Este foarte important ca spovedania să fie personală, a noastră, și nu una generală, comună, deoarece în joc se află soarta noastră³⁹¹.

Surprinde foarte precis, aici, o formă prin care încercăm să ascundem unele păcate pe care ne este rușine a le mărturisi, considerând că dacă spunem că nu este păcat pe care să nu-l fi săvârșit, vom fi iertați și dezlegați de ele, ceea ce nu este corect. Nu ne putem vindeca de un păcat pentru care nu ne-am pocăit, căruia nu i-am zis pe nume vădindu-l în fața duhovnicului și recunoscându-l în fața lui Dumnezeu.

Din acest motiv, Vlădica Antonie spunea că spovedania este un prilej de a lupta pentru a ne cuceri pe noi înșine, de a câștiga lupta cu ceea ce suntem. Avem de biruit și de descoperit ceea ce nu putem vedea din pricina întunericului din noi. Hristos este Cel care aduce lumină în suflet și atunci putem vedea cine suntem și ce se ascunde înlăuntrul nostru³⁹².

Problema devine sensibilă, când realizăm că depărtarea noastră de Dumnezeu își are izvorul în plăcere. În încercarea de a umple golul ce s-a format odată cu ruperea sau alterarea relației noastre cu Hristos, fugim de cruce, gândind că ne putem împlini pe o cale mai ușoară și în cele din urmă sfârșim prin a da piept cu durerea.

Jean-Claude Larchet spunea: „Abătându-și puterea doritoare de la Dumnezeu și îndreptând-o spre realitățile sensibile, pentru a culege din ele o plăcere care se dobândește ușor și iute, omul vede curând că desfătarea râvnită se spulberă numaidecât, și plăcerii, îndată, îi urmează durerea”³⁹³.

Toate acestea fac ca starea noastră lăuntrică să se fărâmițeze și cu timpul, să se permanentizeze, înțelegând prin aceasta nestatornicia noastră, întunecarea minții și a inimii, o permanentă alternanță nesigură în a alege binele sau răul³⁹⁴.

Să stăm înaintea conștiinței noastre și să ne întrebăm: „De care faptă îmi este rușine? Dacă oamenii m-ar vedea dintr-odată așa cum sunt, de care lucru mi-ar fi rușine ca oamenii să-l vadă?”³⁹⁵.

Însă, există și riscul de nu a avea în suflet sentimentul rușinii. Astfel se întâmplă ca, în fața unor păcate, să găsim justificare, să ne liniștim conștiința că nu suntem singurii care săvârșesc acel lucru, că nu e ceva grav de vreme ce mai multă lume trăiește la fel.

Consecința lipsei trăirii sentimentului de rușine sau de durere față de faptele săvârșite, spune Părintele Antonie este aceea că vine câte unul la spovedanie, zicând: „Nu știu ce să spun”. Nu are nimic de zis, nu știe ce păcate a mai făcut, parcă se repetă aceleași lucruri de la

³⁹¹ Antonie Bloom, Mitropolitul Surojului, *Despre credință și îndoială*, p. 284.

³⁹² Mitropolitul Antonie de Suroj, *Doamne, fii cu noi!*, pp. 31-32.

³⁹³ Jean-Claude Larchet, *Terapeutică bolilor spirituale*, p. 68.

³⁹⁴ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Adierea Duhului. Purtarea de grijă față de suflet*, p. 358.

³⁹⁵ Idem, *Mai aproape de Hristos. Spovedania și iertarea*, p. 194.

o spovedanie la alta. În aceste situații, starea vieții trăită în păcat a fost acceptată cu o desăvârșită indiferență, iar indiferența față de sine te plasează într-o relație de indiferență și față de aproapele³⁹⁶.

III.2.3. În fața duhovnicului Antonie

Îi plăcea Mitropolitului să afirme că „sfînții nu au fost oameni înconjurați mereu de strălucire, nici măcar oameni care au trecut de la întuneric la lumină. Foarte adesea ei au mers prin întuneric”. Era conștient că un duhovnic este adesea nevoit să-și conducă fiii duhovnicești mai întâi prin întuneric înainte ca ei să poată ajunge la lumină³⁹⁷.

Într-o lume care, azi, bântuie prin întunericul necredinței, este mare nevoie de duhovnici capabili să știe să te poarte prin acest întuneric, așa încât, în cele din urmă, să poți găsi calea spre lumină. Dar ca să poți face acest lucru, trebuie ca mai întâi tu, ca duhovnic, să fi parcurs primul deja acest drum. Vlădica Antonie izbutise să-l parcurgă și acum dorea să fie un far călăuzitor și celorlalți.

Înlăuntrul său, Vlădica a primit în dar de la Dumnezeu pacea care este o deplină revărsare a iubirii dumnezeiești. De această pace și binecuvântare se hrăneau toți cei care îl întâlneau, fie că erau credincioși sau nu și reușea să le trezească și lor dorul de a o dobândi. Preocuparea lui și centrul învățaturii pe care o propovăduia în Biserica rusă din Londra și nu numai era aceea de a găsi o cale prin care omul să reușească să-și deschidă inima față de aproapele și de Dumnezeu așa încât să poată dobândi această pace de care el se învrednicise. Învățătura lui, în această privință, era că, pentru a putea dobândi pacea, omul trebuie să-i ofere lui Dumnezeu toate păcatele ce stau ascunse în cele mai adânci lăcașuri ale sufletului. De aici derivă rostul și scopul Tainei Mărturisirii în viața celor care vor ca într-o lume zbuciumată, marcată de mult zgomot, să trăiască în pace³⁹⁸.

Întâlnirea cu Mitropolitul Antonie era o experiență foarte profundă deoarece încerca să se dedice în întregime celui cu care vorbea și să-i ofere toată atenția și dragostea sa. Cuvintele lui inspirau adesea un mare curaj și neliniștea de care era cuprins cel care venise la el cu sufletul încărcat se risipea. Nu te asculta niciodată fără să se concentreze sau fără să fie atent la ceea ce urma să-ți spună și nu stătea cu ochiul pe ceas să vadă cât timp a trecut de când ai venit ceea ce îți inspira multă pace, încredere și libertate. Cu toate acestea, odată ce întâlneai

³⁹⁶ Antonie Bloom, Mitropolitul Surojului, *Despre credință și îndoială*, p. 266

³⁹⁷ Gillian Crow, *op. cit.*, p. 309.

³⁹⁸ Mitropolit Antonie de Suroj, *Taina iertării. Taina tămăduirii*, p. 13

se încheia și urma să-și îndrepte atenția spre altă persoană, în acel moment „tu nu mai existai pentru el”, și acest lucru era puțin cam dureros³⁹⁹.

Se oferea deplin fiecăruia în parte, în egală măsură, evitând risipirea, împrăștierea. Pentru el, clipa întrevederii cu ucenicul era un timp al veșniciei și al intimității absolute așa încât nimeni nu-și mai găsea loc între ei. De aici și atitudinea lui de la final, care era asumată destul de greu de unii ucenici, care o resimțeau ca pe o ruptură. Ar fi vrut să se simtă în atenția lui permanent.

Vlădica Antonie era conștient de neputințele oamenilor, de faptul că pentru mulți viața aceasta reprezintă bunul lor cel mai de preț și cât timp a păstorit turma încredințată lui de Dumnezeu s-a străduit, cât a fost posibil, să-L facă pe Hristos prezent, cunoscut și de ce nu atractiv în viețile lor.

În timpul spovedaniei, pe Vlădica nu-l interesa să-i turui o listă întreagă de păcate spunând că „nu vreau un inventar”, ci dorea să înțeleagă și să-i facă să înțeleagă pe cei care se spovedeau la el ce anume îi vatamă legătura cu Hristos și aproapele. Avea obiceiul de a-i copleși cu cuvinte de iubire pe ucenicii săi, încercând, în îndrumările lui, să fie în acord cu sufletele lor și nu neapărat cu litera legii⁴⁰⁰.

Ca duhovnic, Părintele Antonie era preocupat să descopere starea sufletească a celui care venea la el să se mărturisească și nu neapărat dacă a împlinit sau nu un pachet de legi. Era conștient că acestea puteau fi împlinite formal sau chiar evitate.

Astfel, era de părere că dacă rezumăm spovedania la a ne întreba dacă am împlinit ceea ce poruncește Dumnezeu sau dacă am evitat ceea ce El nu îngăduie, atunci cu siguranță se vor găsi unii care ar putea să spună că au împlinit poruncile cele mai ușor de împlinit și că au reușit să evite pe cele mai grele. Dar în acest fel pierdem din vedere menirea pentru care am fost chemați de Dumnezeu, știut fiind faptul că în această lume suntem împreună lucrători cu El. „Trecem astfel pe lângă ceea ce așteaptă Dumnezeu de la noi și peste ceea ce aproapele nostru are nevoie și așteaptă și el de la noi”⁴⁰¹.

Vroia, de fapt, să ne învețe să trăim dincolo de legi sau litera legii, făcându-ne să înțelegem că nu este suficient să spunem că nu am furat cât timp nu am dăruit ceva celui aflat în sărăcie, nu înseamnă că ai împlinit deplin porunca să nu ucizi, cât timp nu te-ai străduit să dai viața fie prin nașterea de prunci fie prin încurajarea și ridicarea celui aflat în pragul deznădejdiei. Psalmistul David, insuflat de Duhul Sfânt, ne ajută să înțelegem aceste lucruri când spune: „Ferește-te de rău și fă bine” (Psalmi 33, 13).

³⁹⁹ Gillian Crow, *op. cit.*, p. 318.

⁴⁰⁰ *Ibidem*, pp. 324-325.

⁴⁰¹ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Doamne, fii cu noi!*, p. 16.

Referitor la acest cuvânt, Sfântul Maxim Mărturisitorul spune că a te feri de rău înseamnă a te lupta cu vrăjmașul „ca să micșorezi patimile, și iară-și oștește-te, ca să câștigi fapte bune; și apoi trezește-te ca să le păzești”⁴⁰².

Vlădica Antonie consideră că în spovedania noastră trebuie să avem în vedere și dacă am chivernisit bine timpul, pentru că vom da socoteală în fața lui Dumnezeu pentru el sau pentru modul în care am lucrat binele sau nu, în raport cu persoanele pe care El ni le-a scos în cale spre a le ajuta.

Era atent la formele fine prin care oamenii pot fi înșelați. De exemplu, sunt unii care aleg să se mărturisească la preoți pe care îi văd cu mai mult har, cu mai multă iubire, mai înțelegători, mai răbdători, considerând că astfel își vor schimba viața, și uită că de fapt preotul este doar un martor, iar spovedania o întâlnire cu Hristos și nu cu preotul⁴⁰³.

Ucenicul stă „față către față cu Dumnezeu, iar preotul este acolo ca martor trimis de întreaga Biserică pentru a da mărturie înaintea Lui”⁴⁰⁴.

Acest fapt este foarte limpede surprins în cuprinsul rugăciunii din *Molitfelnic* pe care preotul duhovnic o citește înainte de spovedanie:

„Iată, fiule, Hristos stă nevăzut, primind mărturisirea ta cea cu umilință. Deci nu te rușina, nici nu te teme ca să ascunzi de mine vreun păcat, ci fără sfială spune toate câte ai făcut, ca să iei iertare de la Domnul nostru Iisus Hristos. Iată și sfânta Lui icoană este înaintea noastră. Și eu sunt numai un martor, ca să mărturisesc înaintea Lui toate câte-mi vei spune mie; iar de vei ascunde de mine ceva, să știi că toate păcatele de două ori le vei avea; ia seama dar, de vreme ce ai venit la doctor, să nu te întorci nevindecat”⁴⁰⁵.

Spovedania, în Ortodoxie, nu poartă pecetea anonimatului, ci se desfășoară în biserica deschisă pentru toată lumea. Rolul duhovnicul este acela de a fi martor în fața lui Dumnezeu pentru cel care se spovedește, calitatea de judecător aparținând exclusiv lui Hristos. Biserica devine, astfel, locul în care oamenii recunosc cele mai grozave păcate pe care le-au săvârșit și un refugiu „unde sunt primiți cu dragoste și cu iertare”⁴⁰⁶.

Spun Sfinții Părinți că prin păcatele pe care le săvârșim, noi, de fapt, Îl răstignim pe Hristos, ne depărtăm de El, trăim separați de Cel care este izvorul vieții și sensul existenței noastre și, mai devreme sau mai târziu, ajungem să gustăm din paharul suferințelor, și nerăbdând foarte mult această stare, de fapt, alergăm după ajutor. Părintele Antonie în

⁴⁰² Everghetinosul, volumul III-IV, p. 54.

⁴⁰³ Antonie Bloom, Mitropolitul Surojului, *Despre credință și îndoială*, p. 34

⁴⁰⁴ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Doamne, fii cu noi!*, p. 83.

⁴⁰⁵ *Molitfelnic*, Editura I.B.M.O., București, 2013, p. 65.

⁴⁰⁶ Gillian Crow, *op. cit.*, p. 325.

învățăturile lui despre spovedanie, învăța că ajutorul și vindecarea nu pot veni decât de la Cel de care ne-am despărțit. Să fim conștienți că Cel la care trebuie să alergăm după ajutor, în cadrul spovedaniei, este Hristos și să nu-L substituim cu preotul. Impresionantă, în acest sens, și pilduitoare este mărturia părintelui Antonie, referitoare la o etapă din viața lui, când a fost nevoit să se spovedească la un duhovnic la care noi, azi, cu siguranță nu ne-am spovedi niciodată, poate doar unii care alergă doar să-și adoarmă conștiința și nu să o vindece.

În lipsa părintelui său duhovnic, care fusese închis în timpul războiului, Vlădica Antonie acceptă să se spovedească, la un părinte care obișnuia să bea foarte mult. De la acest părinte, mărturisește că a primit cel mai bun sfat din viața lui, la scaunul de spovedanie. Terminându-și spovedania i-a zis: „Tu știi cine sunt și ce sunt. Sunt nevrednic să-ți ascult Spovedania și nu ar trebui să-ți dau niciun sfat, însă îți voi spune un lucru. Tu ești încă tânăr. Străduiește-te să nu devii ceea ce am devenit eu, să nu cazi atât de jos ca mine. Iată un pasaj din Evanghelie care este un răspuns la Spovedania ta. Primește-l și iartă-mă fiindcă nu am putut să-ți dau un sfat mai bun”⁴⁰⁷. Nu ceea ce i-a zis a fost extraordinar, ci modul în care i-a vorbit, atitudinea lui plină de compasiune, împletită cu lacrimi sincere pentru starea noului său fiu duhovnicesc, aceasta l-a impresionat profund. Destul de târziu, a aflat că de fapt părintele acesta fusese în tinerețe ofițer în Armata Albă, cei care se împotriveau revoluției bolșevice. În timp ce el se afla pe un vapor și copiii și soția pe un alt vapor îi vede pe aceștia murind fiindcă nava lor a fost bombardată⁴⁰⁸.

Nu l-a deranjat faptul că acel părinte, la prima vedere, părea a fi un om stăpânit de patima beției. El știa că merge să se întâlnească cu Hristos și nu cu preotul. El era convins că merge să ceară un cuvânt de la Hristos și nu de la preot. Tot așa îi îndemna și pe cei care îl ascultau, să caute să se întâlnească cu Hristos, pentru că prin gura duhovnicului vorbește Hristos, indiferent dacă preotul este vrednic sau mai puțin vrednic, indiferent dacă are o viață curată sau e stăpânit de vreo patimă, ce, probabil, ascunde o rană adâncă și nevindecată, încă.

Era căutat de mulți ucenici de toate vârstele pentru că avea capacitatea de a vedea în inimile oamenilor, pentru că dădea dovadă de o înțelepciune profundă și în special pentru îndrumările pe care le oferea ucenicilor săi și care s-au dovedit a fi de o mare finețe duhovnicească⁴⁰⁹.

Ca duhovnic al tinerilor, al copiilor și în special al celor care se află pentru prima dată la spovedanie, Părintele Antonie remarcă faptul că mulți dintre ei nu au conștiința stării de păcat din viața lor. Ei nici nu știu dacă au săvârșit vreun păcat și drept urmare nu au o părere

⁴⁰⁷ Antonie Bloom, Mitropolitul Surojului, *Despre credință și îndoială*, p. 37.

⁴⁰⁸ *Ibidem*.

⁴⁰⁹ Gillian Crow, *op. cit.*, p. 326.

de rău față de cele pe care le mărturisesc. Ba mai mult, mărturisesc o listă întreagă de păcate străine de ei despre care li s-a zis că sunt păcate și că ar trebui mărturisite.

Părintele Antonie întreabă pe un tânăr venit la el să se spovedească: „Hai, spune-mi, chiar simți părere de rău din cauza lor? Nu. Atunci de ce spovedești toate aceste fapte? Păi, aceasta este lista pe care mămica mi-a dat-o. Acestea sunt păcatele mele care o nemulțumesc pe ea”⁴¹⁰.

Astfel, observa Părintele, că tinerii, în primele lor mărturisiri, adesea, spovedesc o listă a nemulțumirilor părinților sau ceea ce le-au zis părinții că sunt păcate pe care ei le săvârșesc, lucru care nu-i ajută cu nimic deoarece sunt plasați din start pe o pistă falsă. Ei nu reușesc să facă distincție între păcat, ca realitate a vieții lor care îi afectează moral, și un lucru care nu este pe placul părinților sau a unei comunități.

Suntem chemați spre a fi mădulare ale Trupului lui Hristos, și pentru a împlini acest lucru este foarte important ca prin spovedanie, cercetând lăuntrul vieții noastre, să acceptăm materialul din care suntem alcătuiți și să îndrăznim să lucrăm cu el și să nu trăim într-o realitate imaginară, falsă pentru că astfel ne vom înstrăina de Hristos⁴¹¹.

Mitropolitul Antonie compara chipului omului cu o „icoană” ce trebuie restaurată prin spovedanie, pornind de la identificarea a ceea ce s-a mai păstrat în el din chipul lui Dumnezeu după care a fost creat⁴¹².

Astfel, spovedania devine un prilej de a identifica lucrurile frumoase pe care le-ai primit în dar de la Dumnezeu, calitățile cu care ai fost înzestrat și de a vedea în ce măsură folosești aceste daruri în conformitate cu voia lui Dumnezeu.

Vlădica Antonie s-a dovedit a fi un îndrumător de suflete foarte căutat. Deși în ultimii ani ai vieții sale nu a mai primit pe foarte mulți oameni, totuși solicitările din partea celor care vroiau să se întâlnească cu el au crescut permanent. A pus un mare accent pe contactul fizic cu oamenii, încercând să impună o stare de familiaritate între el și ucenicii lui. Îi îmbrățișa sau îi apuca ferm cu mâinile de umeri pe cei care erau mai apropiați lui, părându-i-se simpla strângere de mână un formalism, o simplă formă de politețe și atât⁴¹³.

Mitropolitul Antonie a trăit experiența vieții lipsite de Dumnezeu în perioada în care a trăit ca un ateu. Despărțirea de Hristos, care i-a marcat tinerețea, a făcut ca atunci când L-a descoperit să vadă totul în termenii de „a fi” sau „a nu fi”, în comuniune și relație cu El. Vedem acest lucru din modul în care Vlădica Antonie se raportează la Sfintele Taine ale

⁴¹⁰ Antonie Bloom, Mitropolitul Surojului, *Despre credință și îndoială*, p. 78.

⁴¹¹ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Doamne, fii cu noi!*, p. 27.

⁴¹² Antonie Bloom, Mitropolitul Surojului, *op. cit.*, p. 47.

⁴¹³ Gillian Crow, *op. cit.*, pp. 312-315.

Bisericii. Păcatul nu este doar un lucru rău pe care o persoană îl săvârșește la un moment dat, ci este acea faptă ce ne desparte de Hristos. Spovedania nu este o simplă mărturisire a păcatelor în fața duhovnicului, ci este o reîntâlnire cu Hristos, fără de care viața nu-și poate găsi sensul ei adevărat. Pocăința nu este o simplă părere de rău pentru păcatele săvârșite, ci o cale de împăcare cu Dumnezeu și de restaurare a relației alterate cu El.

A rămas în amintirea celor care s-au spovedit la el, ca fiind cel în preajma căruia erau cuprinși de sentimentul eliberării, încât puteau spune doar atât: „M-a eliberat”. Acest lucru însă le atrăgea o mare responsabilitate pentru că de ei înșiși depindea mai departe schimbarea vieții lor⁴¹⁴.

Bucuria libertății obținute trebuia să fie resortul responsabilității a ceea ce urmau să facă, după ce plecau de la Vlădica. El își făcuse datoria, dacă putem spune așa, de acum doar de ei mai depindea vindecarea lor, menținerea stării de sănătate spirituală și a relației cu Hristos.

⁴¹⁴ *Ibidem*, p. 329.

III.3. Învățăturile Mitropolitului Antonie despre pocăință

III.3.1. Ce nu este pocăința în viziunea Mitropolitului Antonie

„Când purtarea noastră este deplorabilă, când vorbele ne sunt nepotrivite și inima cuprinsă de întuneric, dacă se ivește o rază de lumină, atunci începem să simțim înțepăturile conștiinței. Dar remușcările nu sunt încă pocăința: poți să-ți reproșezi toată viața o purtare greșită, niște cuvinte grele, în gând sau în simțăminte, și să nu te îndrepti. Muștrările de conștiință ne pot face viața pământească un iad, dar nu ne deschid împărăția cerurilor; la muștrări trebuie adăugat ceea ce se află în miezul pocăinței, întoarcerea la Dumnezeu, întemeiată pe nădejdea și certitudinea că Dumnezeu va da îndeajuns dovadă de iubire pentru a ne ierta și de putere pentru a ne schimba”⁴¹⁵.

Mitropolitul Antonie face deosebirea între remușcare sau simpla părere de rău a omului pentru păcatele săvârșite și pocăința cea adevărată și autentică, considerând că ele nu trebuie confundate, deoarece sunt lucruri ce exprimă lucruri diferite.

Cu privire la aceste manifestări firești ale omului, Sfântul Teofan Zăvorâtul arăta că, totuși, în lucrarea pocăinței, părerea de rău poate fi orientată așa încât aceasta să-și poată atinge ținta: „părerea de rău că Îl jignim cu păcatele pe Dumnezeu duce la o hotărâre mai temeinică de a nu păcătui decât părerea de rău că prin păcate ne pierdem pe noi înșine, chiar dacă și aceasta din urmă este potrivită în pocăință și în întoarcerea către Dumnezeu”⁴¹⁶.

În același duh al Sfinților Părinți din trecut, Vlădica Antonie spunea același lucru: „a te pocăi nu înseamnă a-ți plânge trecutul; a te pocăi înseamnă a te întoarce cu fața la Dumnezeu, a-L privi în față, a asculta cuvintele Sale, a reface relația de dragoste și fidelitate reciprocă”⁴¹⁷.

Este nevoie, pentru a nu rata obiectul și sensul pocăinței în viața noastră, de dobândirea unei smerite cugetări, pentru că doar în stare de smerenie omul este capabil de a se întoarce spre Dumnezeu, a-și recunoaște și plânge păcatele. Însă, după cum ne învață Sfinții Părinți, există și o falsă smerenie, care ar putea zădărnici tot efortul omului de a se îndrepta.

Sfântul Ignatie Briancianinov spune că există și o „smerită cugetare după bunul plac al omului”, pe care sufletul iubitor de slava deșartă și-o alcătuiește pentru sine, cu alte cuvinte

⁴¹⁵ Michel Evdochimov, *op. cit.*, p. 107.

⁴¹⁶ Sfântul Teofan Zăvorâtul, *op. cit.*, p. 49.

⁴¹⁷ Pr. Roman Rytsar, *op. cit.*, p. 318.

și-o fabrică el singur fiind înșelat și amăgit de o învățătură mincinoasă care îl ține departe de Dumnezeu⁴¹⁸.

Ne plângem, adesea, și noi de milă, de faptul că nu au ieșit unele lucruri așa cum ni le-am dorit, însă cât timp Hristos este doar un instrument prin care încercăm să ne rezolvăm problemele care au apărut accidental în viață, între aceste tânguiri ale noastre și pocăință, în adevăratul sens al cuvântului, nu poate fi pus semnul egal.

Întorcerea spre pocăință trebuie să fie un strigăt către Dumnezeu: „Vino, Doamne, și vino curând!” (Apocalipsa 22, 20), din toată inima, mintea și nevoia. Doar așa Dumnezeu va veni și vom putea realiza o comuniune cu El, doar așa vom putea intra în Împărăția Lui⁴¹⁹.

Revenind la confuzia dintre pocăință și remușcare, la care se referea Vlădica Antonie, aflăm, din învățăturile lui, că remușcarea reprezintă starea de durere sufletească, de regret în care se află sufletul după ce a săvârșit o faptă rea. Conștiința este cea care reînnoiește această stare și singurul mod prin care se poate vindeca este pocăința. Deși se poate confunda ușor cu părerea de rău față de o faptă rea, totuși pocăința nu reprezintă un simplu regret, ci este acea dispoziție sufletească prin care ființa noastră, conștiința de căderea ei, alege să se schimbe, să meargă pe un alt drum, total opus celui de până acum. Această schimbare radicală este susținută de o voință puternică și de dezgustul față de ceea ce i-a adus atâta neliniște⁴²⁰.

Simpla părere de rău, lipsită de convertirea lăuntrică menită să schimbe cursul vieții de la păcat la virtute, în viziunea Mitropolitului, nu este pocăința cea adevărată, ci o falsă pocăință, despre care au vorbit în mod lămurit și Sfinții Părinți.

Bunăoară, Sfântul Efreim Sirul este unul dintre cei care ne supune atenției un cuvânt greu de digerat în ceea ce privește falsa pocăință, spunând că cei care se pocăiesc doar așa de ochii lumii, în mod formal, nu fac doar un singur păcat, ci mai multe deoarece prin purtarea lor, îi îndeamnă și pe alții ca să procedeze la fel, fiindu-le tuturor zadarnică osteneala. „Aceștia sunt niște batjocoritori, și cu mult mai răi decât cei ce jignesc cinstea omenească, deoarece cutează să-și râdă de Însuși Dumnezeu. Unora ca aceștia nu numai că nu li se iartă păcatele, ci li se și adaugă. Ei sunt fățarnici, nu slujitori ai cucerniciei; batjocoresc evlavia și adaugă păgânătate peste păgânătate”⁴²¹.

Mitropolitul Antonie căuta, de fapt, ca omul să nu pice în înșelare, să nu trăiască Tainele Bisericii într-un mod în care ele să nu poată avea efectul pentru care au fost instituite

⁴¹⁸ Sfântul Ignatie Briancianinov, *Despre înșelare*, traducere de Cristea Florentina, Editura Egumenița, Galați, 2010, p. 108.

⁴¹⁹ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Doamne, fii cu noi!*, p. 212.

⁴²⁰ Michel Evdochimov, *op. cit.*, p. 109.

⁴²¹ Sfântul Efreim Sirul, *Pocăința adevărată*, în „Sfinții Părinți despre pocăință”, traducere de Adrian Tănăsescu-Vlas, Editura de Suflet, București, 2014, p. 118.

de Părinții Bisericii. Sfântul Ignatie Briancianinov, dând o definiție înșelării, spune că ea „este însușirea de către oameni a minciunii luate de ei drept adevăr”⁴²².

Înșelat este și cel care este vorbit de bine, care este lăudat și care ajunge să se hrănească din slava lumii, pe care Sfinții Părinți o numesc slavă deșartă.

Sfântul Teofan Zăvorâtul spunea că este bine să ne învățăm prin toate mijloacele a ne bucura mai mult atunci când suntem disprețuiți de oameni decât atunci când ne alintă pentru că „slava deșartă este fină, și totdeauna înăsprește sufletul. Și Domnul celor care îngăduie gândurile de slavă deșartă, îndată le ia harul și îi lasă să cadă”⁴²³.

Sfântul Ioan Scărarul ne învață că: „omul stăpânit de slavă deșartă este un închinător la idoli, deși se numește credincios. El socotește că-L cinstește pe Dumnezeu, însă de fapt nu lui Dumnezeu, ci oamenilor vrea să fie plăcut”⁴²⁴.

Despre această capcană ne atrage atenția și Mântuitorul, când ne spune: „Vai vouă când toți oamenii vă vor vorbi de bine!” (Luca 6, 26). Cunoscător al acestor uneltiri ale vrăjmașului, Mitropolitul Antonie spunea că: „uneori trebuie să ne pocăim și pentru faptul că oamenii ne poartă simpatie, ridicându-ne în slăvi”⁴²⁵.

Cu alte cuvinte, pe de o parte, trebuie să fim atenți ca nu cumva să confundăm pocăința cu alte manifestări ale ființei noastre străine de ea, iar pe de altă parte, să avem în vedere că pot fi și lucruri care la prima vedere sunt bune, care ne aduc o oarecare cinste și recunoștință din partea lumii, când de fapt ele sunt cele pentru care ar trebui să ne pocăim în fața lui Dumnezeu, pentru că acordând înțâietate celor lumești, le transformăm așa cum spune Sfântul Ioan Scărarul în idoli și nu ne mai închinăm lui Dumnezeu, ci lumii.

Privim, deseori, lucrurile la suprafață, fără a avea puterea de a înainta în profunzimea lor și acest lucru ne poate duce în prăpastia înșelării. Odată căzuți și aflați în această stare își face prezența și părerea de sine care cel mai adesea este alimentată din exterior de diverse persoane sau situații în care noi suntem actorii principali. Ne baricadăm și rămânem încuiați în propriile noastre idei și convingeri, izolați de lumea în care trăim prin neparticipare la nevoile sau provocările ei și ne deschidem doar pentru a ne alimenta egoismul, singura sursă de hrană a sufletului întemnițat de noi înșine. Despre acestea, Mântuitorul spunea că: „ochi aveți și nu vedeți, urechi aveți și nu auziți” (Marcu 8, 18).

De obicei, când ne gândim la pocăință, fără să vrem, în mintea noastră ne imaginăm un tablou sumbru. În el nu găsim decât o mâhnire adâncă, o inimă întristată, poate un

⁴²² Sfântul Ignatie Briancianinov, *op. cit.*, p. 10.

⁴²³ Sfântul Teofan Zăvorâtul, *Sfaturi înțelepte*, traducere de Cristea Florentina, Editura Egumenița, Galați, 2010, p. 480.

⁴²⁴ Sfântul Ioan Scărarul, *Scara*, p. 206.

⁴²⁵ Mitropolit Antonie de Suroj, *Taina iertării. Taina tămăduirii*, p. 76.

sentiment de durere în fața trecutului nostru nevrednic de Dumnezeu și de noi înșine, un dezgust față de această viață. Vlădica Antonie consideră că acestea toate nu constituie adevărata pocăință, ci doar o parte a ei „doar o clipă a ei”⁴²⁶.

Dacă părerea de rău, dezgustul, durerea sufletului, toate acestea sunt doar un aspect al pocăinței înseamnă că împlinirea ei este legată de roadele pe care aceasta ar trebui să le nască în noi. Durerea să se preschimbe în bucurie, deznădejdea în nădejde, faptele bune să ia locul faptelor rele. Doar dacă se produc aceste schimbări în ființa noastră putem spune că ne-am pocăit.

Părerea de rău, regretul, oricât de mare ar fi el, pentru greșelile din trecut, nu trebuie să fie confundate cu pocăința. Aceasta are un caracter dinamic și se exprimă printr-o „atitudine activă și pozitivă care constă în a te mișca în direcția bună”⁴²⁷.

Pentru a ilustra mai bine cele spuse mai sus, ne îndreptăm atenția asupra textului Sfintei Scripturi de unde aflăm că Iuda, după ce L-a vândut pe Hristos, deși i-a părut rău pentru fapta ce o săvârșise, a căzut în deznădejde și a ratat împăcarea cu Dumnezeu, alegând moartea. Părerea lui de rău nu a avut puterea de a-l determina să se ridice, să se pocăiască, să-și recunoască greșeala și să-și ceară iertare de la Hristos, să se ierte pe sine ci s-a încuiat în sine. Petru se leapădă și el de Hristos chiar de trei ori și „și-a adus aminte de cuvântul pe care i-L spusese Iisus: Înainte de a cânta de două ori cocoșul, de trei ori te vei lepăda de Mine. Și a început să plângă” (Marcu 14, 72).

Ieșind Petru din curte și zărind privirea Mântuitorului a plâns, el cel care se lăuda că va merge și la moarte cu Mântuitorul, care era sigur că nimic vreodată nu va putea să-l rupă de Hristos, dar nu a deznădăjduit, chiar dacă sufletul său era cuprins de rușinea trădării⁴²⁸.

Încremenirea în stare de părere de rău, vedem că duce la moarte, în timp ce lacrimile pocăinței te conduc pe drumul spre Viață, spre iertare, spre calea de întoarcere la Hristos. Experimentând ceea ce înseamnă să trăiești fără Hristos îți poți da seama de dimensiunea păcatului și, odată conștientizat, ai de parcurs drumul invers, spre virtute prin pocăință.

Acest lucru este posibil deoarece „adevrata pocăință împletește vederea propriului rău cu certitudinea că există iertare chiar și pentru noi, fiindcă adevărata iubire nu poate nici să șovăie, nici să se stingă. Pocăința rămâne neîmplinită atunci când ne privim greșelile lipsiți de orice nădejde”⁴²⁹.

⁴²⁶ Idem, *Bucuria pocăinței*, p. 24.

⁴²⁷ Idem, *Rugăciunea vie*, p. 92.

⁴²⁸ Antonie Bloom, Mitropolitul Surojului, *Despre credință și îndoială*, p. 260.

⁴²⁹ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Reflecții. O călătorie duhovnicească*, p. 96.

Vlădica Antonie este de părere că nu este suficient să ne pocăim pentru păcatele pe care le săvârșim zi de zi, prin care încercăm să ne conformăm unei conduite morale, ci problema esențială asupra căreia trebuie să stăruim prin pocăință este aceea de a ști cu adevărat ce fel de oameni suntem, să ne întrebăm „în ce măsură mă străduiesc să par în loc de a fi pur și simplu?”⁴³⁰.

De faptul că adesea nu ne dăm seama cine suntem și cum suntem, aflăm și din viața Sfântului Siluan Athonitul, care, muncit de demoni în timp ce încerca să se roage și descurajat că nu reușea să împlinească acest lucru, strigă la Hristos și-L roagă să-l învețe ce să facă și cum să depășească această cumpănă din viața lui.

În cele din urmă, primește în inima lui cuvânt de la Dumnezeu, Care îi spune: „Sufletele celor mândri suferă de-a pururea din partea demonilor”⁴³¹.

Se întâmpla ca printre cei care veneau să-și verse amarul sufletului Părintelui Antonie, să se afle și unii care Îl acuzau pe Dumnezeu pentru propriile lor păcate. Față de ei, pentru lipsa lor de pocăință. Vlădica avea o atitudine muștrătoare și-i dojenea astfel: „Îl poți ierta pe Dumnezeu din moment ce crezi, după cum se pare, că El este de vină pentru păcatele tale?”⁴³².

Te lua exact de unde erai, și așa cum erai, și-ți arăta adevărata ta imagine. De aici, tragem concluzia că, uneori, nu avem puterea de a vedea limpede realitatea în care trăim. Avem nevoie de o altfel de vedere mai profundă, o vedere lăuntrică despre care vorbea vulpea micului Prinț când îi spune: „limpede nu vezi decât cu inima. Ochii nu pot să pătrundă-n miezul lucrurilor”⁴³³.

⁴³⁰ Idem, *Taina iertării. Taina tămăduirii*, p. 27.

⁴³¹ Sfântul Siluan Athonitul, *Între iadul deznădejdiei și iadul smereniei. Însemnări duhovnicești*, ediția a IV-a revizuită, traducere de diac. Ioan I. Ică jr., Editura Deisis, Sibiu, 2001, p. 21.

⁴³² Gillian Crow, *op. cit.*, p. 327.

⁴³³ Antoine de Saint-Exupéry, *Micul Prinț*, traducere de Benedict Corlaciuc, Editura Regis, București, 2010, p. 92.

III.3.2. Pocăința, leacul bolilor noastre sufletești

Trăim într-o societate de consum în care acordăm o atenție deosebită trupului nostru de cele mai multe ori în detrimentul sufletului. Uităm că nu suntem doar ceea ce se vede atunci când ne așezăm în fața oglinzii și din acest motiv ne confruntăm cu nemulțumiri dintre cele mai diverse, de la bolile trupești, până la cele sufletești. O altă particularitate a lumii de azi este teama de a nu suferi, ceea ce în viziunea Sfinților Părinți înseamnă fuga de cruce. Când simțim că ne doare ceva, alergăm la medic, căruia îi prezentăm în detaliu simptomele bolii pentru ca mai apoi să ne poată stabili un diagnostic precis și cât mai corect în vederea tratării și vindecării durerii pe care noi o semnalăm.

Cam același lucru se întâmplă și pe plan sufletesc, dat fiind faptul că omul, în constituția sa nu este doar trup, ci are și suflet a cărui viață este veșnică. Sufletul își află sursa de hrană din izvorul Vieții, Care este Hristos. Orice despărțire sau depărtare de această sursă face ca sufletul să se îmbolnăvească și dacă nu se intervine la timp, poate să rămână pentru totdeauna în această stare deoarece prin natura lui, el are viață veșnică.

În plan duhovnicesc, această constatare a bolii și recunoaștere a acesteia este foarte importantă deoarece de sinceritatea ei depinde vindecarea noastră și accesul la Taina vindecării care este pocăința, trimiterea doctoriei ce vindecă orice boală corect diagnosticată reprezentată de harul Sfântului Duh. Totodată Hristos, Care este Doctorul desăvârșit al trupurilor și sufletelor noastre, ne va trimite și un medic iscusit, ucenic de-al Său, Care ne va învăța cum să administrăm doctoria duhovnicească, așa încât aceasta să ne redea sănătatea pierdută a sufletului. Creștinul, în acest proces de vindecare, trebuie doar să recunoască: „Da Doamne, sunt bolnav, sunt păcătos. Am nevoie de ajutorul Tău! Am nevoie de vindecarea Ta! Doar Tu ești doctorul sufletelor și al trupurilor noastre. Doar Tu mă poți vindeca”⁴³⁴.

Sinergia dintre Taina Pocăinței și Taina Spovedaniei face ca omul să nu poată să dobândească vindecarea decât îmbrățișându-le pe amândouă, asumându-le pe amândouă ca pe un leac de mare preț. O spovedanie fără pocăință este stearpă, formală, iar o pocăință fără spovedanie este incompletă deoarece rămâi nedeșlegat de povara păcatelor.

Una dintre rețetele duhovnicești ale părintelui Antonie de Suroj pentru ca omul să poată avea acces la Taina vindecării are în vedere pregătirea sufletului pentru întâlnirea cu Dumnezeu, Care presupune un serios examen de conștiință. El propune spre meditație să ne gândim cum ar fi dacă „nimeni nu ar ști că suntem creștini dacă noi nu am striga în gura mare, de pe acoperiș, acest lucru... La ce ne folosește să fim creștini dacă nimic nu ne

⁴³⁴ Antonie de Suroj, *Taina vindecării*, p. 6.

deosebește de ceilalți?”. Noi ne numim creștini asemeni celor care în primele veacuri ale creștinismului au suferit torturi și moartea pentru simplul fapt că recunoșteau și mărturiseau această apartenență a lor la Hristos⁴³⁵.

Putem avea noi pretenția, în calitate de creștini ortodocși, să fim puși laolaltă cu martirii primelor secole creștine? Ne asumăm noi crucea până la capăt, așa încât să demonstrăm, prin viața noastră și faptele noastre, că suntem cu adevărat creștini? Sunt doar câteva întrebări ce pot sta la baza unei analize proprii, atunci când ne propunem să facem primii pași pe calea vindecării bolilor sufletești ce ne apasă prin lacrimile pocăinței.

Și în secolul al XX-lea creștinii au fost întemnițați pentru simplul fapt că au recunoscut că sunt creștini. Biserica Ortodoxă Română a decis să dedice anul acesta 2017 celebrării martirilor și sfinților ortodocși din închisorile comuniste. Ei sunt o mărturie a acelei perioade de grea suferință pentru cei care au avut curajul să-L mărturisească pe Hristos și o parte dintre noi chiar am trăit acele vremuri de care nu ne despart foarte mulți ani. Și azi în secolul al XXI-lea, creștinii sunt decapitați, nu foarte departe de granițele țării noastre, ceea ce arată că inima creștinătății încă bate, deși unii nu o suportă. Având în față aceste realități, noi, care încă nu suntem supuși unei prigoane pentru că suntem creștini, nu ne închide nimeni dacă îl mărturisim public pe Hristos, noi care încă ne ducem traiul într-o oază de liniște și care, așa cum spunea Vlădica Antonie, nu ne deosebim aproape cu nimic de cei care trăiesc departe de Hristos, ne putem numi cu adevărat creștini?

Hristos ne spune că: „Voi sunteți lumina lumii” (Matei 5, 14). Ne putem noi considera lumină a lumii? Se poate întrevădea în noi chipul lui Hristos, așa încât să putem fi o mărturie vie a faptului că suntem înrudiți cu El? Avem atâta dragoste față de aproapele nostru încât să răspundem chemării lui Hristos de a ne purta sarcinile unii altora? Părintele Antonie propune ca pocăința să plece și de la aceste întrebări la care ar trebui să cugetăm cât se poate de serios.

În acest fel, avem șansa să descoperim acele lucruri ce ne împiedică să-L mărturisim pe Hristos, vom afla ce anume ne desparte de El, și în ce măsură suntem formalști față de El. Cei care se sustrag de la această judecată proprie, de la acest exercițiu de pocăință nu vor putea să guste din paharul bucuriei împăcării cu Dumnezeu.

Vlădica Antonie surprinde un lucru deosebit de important și anume faptul că omul refuză să mai iubească din frica de a nu suferi. Însă refuzul dragostei înseamnă, de fapt, refuzul pocăinței⁴³⁶.

⁴³⁵ Mitropolit Antonie de Suroj, *Taina iertării. Taina tămăduirii*, pp. 48-49.

⁴³⁶ Antonie de Suroj, *Taina vindecării*, p. 30.

Frica, alimentată de mândria de a nu fi criticați de ceilalți, de a nu fi alterată în vreun fel imaginea noastră, pe care ne-am creat-o în timp, face, practic, imposibilă pocăința noastră.

Însă Zaheu ne-a demonstrat că se poate depăși acest prag. Deși era un om important în societate, lasă mândria deoparte și se suie în copac pentru a putea să-L vadă pe Hristos, neținând cont de criticile, glumele, ironiile sau criticile celor care l-au văzut și care-l știau de om cu un anumit statut social, de un anumit rang, nu era chiar un om de rând. Acesta a fost poate unul din cele mai grele teste ale credinței lui, dar i-a mai păsat de imaginea lui în acele momente, a dat la o parte părerile oamenilor pentru că „el era hotărât «să vadă», iar determinarea sa i-a îngăduit să ajungă direct la Dumnezeu, să experimenteze descoperirea Dumnezeului celui Viu”⁴³⁷.

Curajul de a se smeri în fața tuturor de dorul și dragul de a-L întâlni pe Hristos, pentru el, a fost o reală stare de pocăință de la care putem și noi învăța, ne poate fi oricând un model.

Trăirea rușinii până la capăt, fără rezerve, și înăbușirea intenției de a atenua în vreun fel chipul stării de păcat sunt esențiale pentru cel care dorește să se pocăiască. Altfel, se instalează în viața noastră obișnuința, ne mulțumim să trăim superficial, și va fi practic imposibil de a ne mai putea elibera din legăturile noastre⁴³⁸.

Vlădica Antonie vrea să scoată în evidență dublul efect negativ pe care îl poate avea fuga de asumarea rușinii pentru faptele pe care le-am săvârșit. Pe de o parte, dacă suntem biruiți de rușine și nu ne-o asumăm, ratăm posibilitatea de a ne pocăi cu adevărat, ceea ce înseamnă că viața noastră nu se va schimba cu nimic în bine, iar pe de altă parte, împrietenii cu rușinea de a nu ne putea vedea așa cum suntem, ne obișnuim să trăim superficial. Omul mulțumit să stăruie în stare de „căldicel” (Apocalipsa 3, 16) nu simte necesitatea de a se pocăi.

Părinții Bisericii spun că: „ceea ce ne împiedică de la a pune început bun nu este atracția răului cu care suntem obișnuiți, nici opoziția cu care ne vom confrunta, ci teama de a nu fi ridiculizați”. Teamă de judecată și părerea celor din jurul nostru este cea care stă ca un zid în fața noastră împiedicând astfel schimbarea. „Suntem cu mult mai înfricoșați de a fi luați în râs, decât de a fi aspru criticați”⁴³⁹.

Lipsa simțirii depărtării noastre de Dumnezeu, este o altă plagă a omului contemporan. Societatea îi oferă atât de multe lucruri care mai de care mai atractive, ce îi ocupă tot timpul încât Dumnezeu devine, din păcate, pentru mulți, o prioritate doar atunci când boala, necazul, nenorocirea bate la ușă. Deși în relațiile cu semenii noștri ne manifestăm dorul după ei, în

⁴³⁷ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Reflecții. O călătorie duhovnicească*, p. 87.

⁴³⁸ Idem, *Bucuria pocăinței*, p. 25.

⁴³⁹ Idem, *Reflecții. O călătorie duhovnicească*, pp. 75-76.

momente de despărțire, totuși, nu același lucru se întâmplă și în cazul relației noastre cu Dumnezeu.

Faptul că noi nu simțim cât de departe suntem de Dumnezeu, nici nu reacționăm în vreun fel anume. Rămânem reci și pasivi față de o realitate dramatică, și o numesc dramatică dacă e să ne gândim că de ea atârână veșnicia noastră. Acest lucru îl determină pe Vlădica Antonie să spună despre noi că: „Nu ne simțim ca niște orfani, ca un copil pierdut într-o mulțime de oameni, nu plângem și nu suferim pentru că nu Îl simțim pe Dumnezeu în toată clipa. El nu e cu noi în toată clipa, și noi nu suferim din pricina aceasta așa cum suferim când suntem despărțiți de cei pe care îi iubim și ne sunt dragi, resimțindu-le absența”⁴⁴⁰.

Sfântul Ioan Botezătorul și Înaintemergătorul Domnului nostru Iisus Hristos se adresează oamenilor cu îndemnul: „Pocăiți-vă că s-a apropiat împărăția cerurilor” (Matei 3, 2). Acest strigăt al său era precum o trâmbiță ce sună în urechile conștiințelor celor care încă mai trăiau, în păcate spre a-i determina să se trezească, să se pocăiască și să-și îndrepte calea vieții lor deoarece ei nu vor putea să intre în Împărăția Cerurilor, ce, iată, se apropie, decât curățiți de tina și noroiul păcatelor, despovărați de ele.

Cu același îndemn avea să se adreseze generației sale Mitropolitul Antonie. El spune că: „Evanghelia se deschide cu îndemnul lui Ioan Botezătorul, pocăiți-vă, și Hristos Se arată. Apoi urmează îndemnul lui Hristos: pocăiți-vă și se arată Împărăția. Pocăința este strâns legată de realitățile ultime, ea deschide poarta Împărăției”⁴⁴¹.

Pocăința deține cheile care pot deschide poarta Împărăției, ce se deschide tuturor celor curați pentru că aflăm din textul Sfintei Scripturi că nimic necurat nu poate să intre în acest loc de odihnă pregătit de Dumnezeu omului. (Matei 17, 19-21) Pocăiți-vă, este îndemnul adresat lumii atât de Sfântul Ioan Botezătorul, când se arată Hristos lumii, cât și de Hristos, Fiul lui Dumnezeu când lumea află Împărăția.

Taiana Pocăinței începe în momentul în care fiul duhovnicesc primește rugăciunea de dezlegare după mărturisirea păcatelor lui, în fața duhovnicului, în Taina Spovedaniei. Continuă apoi în viața de zi cu zi, în care el trebuie să lupte cu ispitele și provocările de la nivelul gândului sau faptelor printr-un efort continuu de a avea mereu mintea trează, capabilă să discearnă între ce este bine și ce este rău, și ține până când vine din nou la spovedanie⁴⁴².

Vedem că Taina Pocăinței este un proces continuu, care începe și se sfârșește în același loc. Oricât de lung ar fi drumul rătăcirii noastre, mereu va trebui să ne întoarcem precum fiul risipitor înapoi spre Tatăl, care ne așteaptă cu brațele deschise dispus mereu să ne

⁴⁴⁰ Idem, *Doamne, fii cu noi!*, p. 191.

⁴⁴¹ Michel Evdochimov, *op. cit.*, p. 48.

⁴⁴² Mitropolitul Antonie de Suroj, *Adierea Duhului. Purtarea de grijă față de suflet*, p. 396.

reda demnitatea din care am căzut. Ne scoate din starea de izolare în care ne-am cufundat și ne oferă din nou perspectiva comuniunii.

Calea pocăinței înseamnă să poți pătrunde în tine însuși și să stai înaintea lui Dumnezeu precum un osândit care nu merită nimic, nici iertare, nici milă, nici compasiune. Doar că în loc să te ascunzi de la fața Lui, precum a făcut odinioară Adam, sau să fugi de El asemeni lui Cain, tu să îndrăznești să te întorci la El, spunându-i: „Cred Doamne, în dragostea Ta, cred în crucea Fiului Tău. Cred, ajută necredinței mele”⁴⁴³.

„Cred, Doamne, ajută necredinței mele!” (Marcu 9, 24), sunt cuvintele tatălui care vine la Mântuitorul și-l roagă să-i vindece fiul care era stăpânit de un duh surd și mut. Și noi suntem posedați într-o măsură mai mare sau mai mică, vizibil sau mai puțin vizibil, de tot felul de duhuri, care, la o analiză onestă, se pot identifica pentru că ele se reflectă în gândurile și faptele noastre. Pocăința presupune să-L rugăm pe Hristos să ne ajute, în pofida slabei noastre credințe. Să împlinească El cele în care noi suntem slabi și neputincioși.

Vrednicul de pomenire Părintele Bartolomeu Anania spunea, în legătură cu această rugăciune, că, în sine, credința noastră în fața lui Dumnezeu nu este niciodată suficientă pentru că omenește, noi suntem limitați. Între ceea ce putem noi face și deplinătatea lui Dumnezeu rămâne întotdeauna un gol, iar acest gol doar El îl poate umple, prin harul Sfântului Duh, pe care îl revarsă asupra noastră⁴⁴⁴.

Hristos spune: „Împacă-te cu pârâșul tău degrabă, până ești cu el pe cale” (Matei 5, 25), iar pârâșul în cazul de față nu este diavolul, ci este conștiința noastră, care poartă în permanență un dialog cu noi, acuzându-ne de fiecare dată când săvârșim o faptă rea. Cu ea trebuie să ne împăcăm până să vină clipa Judecății pentru că atunci ea se va comporta ca un pârâș, ca un acuzator în fața căreia vom fi ca niște osândiți care nu s-au pocăit la timp⁴⁴⁵.

Acest lucru implică un act de mare curaj, deoarece nu este ușor să pătrunzi în cele mai întunecate unghere ale sufletului și să scoate la lumină tot răul care se ascunde în el. Pocăința presupune cunoașterea de sine, identificarea a tot ce stă în contradicție cu iubirea, cinstea, credința, omenia, înseamnă, în cele, din urmă să ne asumăm riscul de a ne vedea așa cum suntem. Ne place sau nu de sinele nostru, important este să ne acceptăm așa cum suntem și de pe această treaptă, să lucrăm la zidirea noastră lăuntrică împreună cu Hristos, restaurând pas cu pas ceea ce este de restaurat și de vindecat în noi.

⁴⁴³ Pr. Roman Rytsar, *op. cit.*, p. 322.

⁴⁴⁴ Mitropolitul Bartolomeu Anania, *Rugăciunea, izvor de putere în încercările vieții*, Editura Doxologia, Iași, 2013, pp. 64-65.

⁴⁴⁵ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Reflecții. O călătorie duhovnicească*, p. 12.

Pe Doctorul nostru să nu-L părăsim, ci să avem nădejde în mântuirea noastră, indiferent cât de mare ar fi căderea pentru că altfel ne vom preda de bună voie vrăjmașului. Mântuirea se dobândește prin răbdare, osândire de sine și stăruind pe lângă El cu nădejde. Avva Sisoe spunea: „Dacă ai căzut, zice, ridică-te; și dacă iarăși ai căzut iarăși, ridică-te”⁴⁴⁶.

De aceea, Sfântul Apostol Petru vine și ne avertizează: „Fiți treji, privegheați. Potrivnicul vostru, diavolul, umblă, răcnind ca un leu, căutând pe cine să înghită”. (I Petru 5, 8). Să fim încredințați că după puțină suferință, vom fi întăriți și desăvârșiți de harul lui Hristos, întru Slava Sa cea veșnică.

„Pocăința constă în a măsura distanța dintre ceea ce Domnul a gândit și ceea ce noi am realizat; dintre ceea ce ni s-a dăruit și felul în care noi am tras sau nu folos din ele, le-am dus sau nu la bun sfârșit”⁴⁴⁷.

Timpul trebuie prețuit și chivernisit bine pentru că altfel trece viața noastră și constatăm că am rămas doar la nivel de intenție de a săvârși binele. Ne amintim, în acest sens, cum povestea Părintele Cleopa că îi înșală diavolul pe oameni, tot șoptindu-le la ureche să amâne pocăința că doar este destulă vreme pentru ea. Distanța aceasta despre care vorbește Vlădica poate să fie una care să ne ia prin surprindere și să ne găsească nepregătiți. De aceea, în învățătura lui despre pocăință, scoate în evidență caracterul de urgență al pocăinței, care este primejdios a fi amânată. E posibil să nu mai avem timp și să plecăm în viața veșnică cu răni încă netălmăduite.

De acest lucru ne încredințează Sfântul Ioan Gură de Aur, când spune că: „Numai în viața de aici e cu puțință pocăința; în seama celei viitoare rămân amenințările și judecata”⁴⁴⁸.

Însuși Mântuitorul ne spune prin vocea Sfântului Apostol și Evanghelist Ioan: „Umblați cât aveți Lumina ca să nu vă prindă întunericul. Căci cel ce umblă în întuneric nu știe unde merge” (Ioan 12, 35).

Necesitatea urgenței pocăinței era trâmbițată de Vlădica Antonie preocupat de soarta ucenicilor săi, spunând că trebuie asumată și trăită ca și cum moartea ar urma să bată la ușă în orice moment, amintindu-le că trebuie să țină seama de acest îndemn cu toată seriozitatea, pentru că adevăratul timp al pocăinței este acum și locul punerii ei în practică este aici. Îndemnul Vlădicăi este acela ca prin pocăință omul să biruie remușcările și frustrările din viața lui și să nu se complacă trăind așa ca și cum nimic nu se mai poate schimba⁴⁴⁹.

⁴⁴⁶ Avva Sisoe, *Apoftegma* 38, în „Patericul ce cuprinde în sine cuvinte folositoare ale sfinților bătrâni.”, Episcopia Ortodoxă Română Alba Iulia, 1990, p. 213.

⁴⁴⁷ Antonie Bloom, Mitropolitul Surojului, *Despre credință și îndoială*, p. 243.

⁴⁴⁸ *Sfinții Părinți despre pocăință*, traducere de Adrian Tănăsescu-Vlas, Editura de Suflet, București, 2014, p. 128.

⁴⁴⁹ Michel Evdochimov, *op. cit.*, pp. 110-111.

Vlădica Antonie, fiind într-un timp medic pe front, a fost martor la căpătâiul multor camarazi de-ai săi și nu numai, care au murit din pricina rănilor de care sufereau. Nu de puține ori a fost nevoit să anunțe rudele rămase în viață de trecerea în veșnicie a fiului, tatălui căzut pe front. Trăind experiența vieții și a morții, desfășurându-se cu repeziciune în fața lui, aceste două realități au căpătat o dimensiune maximă, astfel încât fiecare clipă trăită poate fi o șansă pentru om sau o tragedie.

Realizează în urma experienței dobândite că omul ar trebui să petreacă în trecere prin lumea aceasta astfel încât, dacă s-ar întâlni cu moartea, aceasta să-l găsească pe culme, undeva aflat sus pe creasta valului și nicidecum în groapă pentru ca ultimile cuvinte sau gesturi ce-i mai sunt îngăduite să nu fie zadarnice⁴⁵⁰.

Dar ca să poți să obții această performanță, este nevoie ca mereu să cauți să fii aproape de Hristos, în toate zilele ce ți-au fost date de El. Pocăința este una dintre căile prin care, odată ce te desparți de El, poți să revii și ai garanția că vei fi primit și ridicat pe creasta valului, cum spune Vlădica Antonie, ridicat la demnitatea din care ai căzut.

Prin gura Părintelui Antonie, chemarea la pocăință pe care ne-o adresează Hristos are un caracter atât permanent, cât și urgent, iar motivația pentru a răspunde acestei chemări constă în bucuria că este cineva dispus să ne ierte, să ne vindece pentru că noi singuri nu ne putem ierta și vindeca și acesta este Hristos care a murit pentru ca noi să putem trăi⁴⁵¹.

Astfel ar trebui să găsim timp să ascultăm acest glas care ne zice: „Dacă îți spun că te iubesc cu toată viața Mea, cu moartea Mea, cu crucea și cu învierea Mea, Mi-ai putea răspunde cu bucurie și cu recunoștință?”⁴⁵².

Întoarcerea noastră către Dumnezeu și către aproapele nostru prin pocăință poate să fie un răspuns la iubirea lui Dumnezeu față de noi. Ce mare este bucuria iertării și acceptării, când doi oameni certați reușesc să se împace! Dacă până atunci erau morți unul pentru altul, acum sunt vii. Pocăința este dătătoare de viață celor care reușesc să o facă lucrătoare în sufletul lor.

Vlădica vorbește, în acest sens, de un miracol al iubirii înviate, de un miracol al bucuriei care ne cucerește, și de un miracol al credinței celui care a biruit moartea sufletului său prin pocăință și care, în ciuda a tot ceea ce a făcut rău în raport cu sine, cu Dumnezeu și cu aproapele, înțelege acum că este iubit. Pocăința este miracolul bucuriei pentru cei care pot

⁴⁵⁰ Mitropolit Antonie de Suroj, *Viața, boala, moartea*, p. 81.

⁴⁵¹ Antonie de Suroj, *Taina vindecării*, p. 33.

⁴⁵² Michel Evdochimov, *op. cit.*, p. 113.

să spună: „Oricât de departe a plecat de la mine fiul meu, fiica mea, prietenul meu, el crede în continuare în iubirea mea. Ce minunat lucru!”⁴⁵³.

Mitropolitul Antonie povestește că a întâlnit în închisoare un om care era plin de veselie în ciuda faptului că era privat de libertate pentru că furase. Bucuria celui om izvoră din sufletul său pocăit și împăcat cu ideea că într-o zi se va elibera și că va fi în stare să spună: „M-am pocăit, nu mai fur, acum sunt un alt om”. Acest gând că a reușit să-și schimbe viața îl umplea de bucurie⁴⁵⁴.

Observăm cât de fină poate fi granița dintre păcat și virtute și ce rol important ocupă, în schimbarea macazului, schimbarea minții, cuprinsă de nădejde, în darul eliberării lui Hristos.

„Pocăința este acea cotitură a vieții, acea schimbare a gândurilor, preschimbare a inimii, care ne pune față către față cu Dumnezeu...” străbătuți de un sentiment de nădejde pentru că Dumnezeu a venit în lume pentru cei păcătoși și nu pentru cei drepti, a venit nu pentru a judeca lumea ci pentru a o mântui⁴⁵⁵.

Chemarea lui Dumnezeu și întâlnirea cu El, într-un moment de grea încercare, oferă omului prilejul de a pune în lucrare pocăința. Ținta acestei lucrări este eliberarea de sub jugul păcatelor, schimbarea vieții și trăirea acesteia în raport cu ceea ce vrea Dumnezeu de la noi. Însă trebuie să fim convinși că pentru a putea răspunde acestei chemări este necesar să-I cerem ajutorul.

Mitropolitul Antonie îi cerea lui Dumnezeu acest ajutor, rugându-se astfel: „Dă-mi timp pentru pocăință! Dă-mi putere pentru a mă pocăi!”⁴⁵⁶.

Păcătoși fiind, alergăm după ajutor la Dumnezeu, în căutarea mântuirii și ceea ce noi putem să-I oferim este dorința noastră de a deveni ca El, de a-I urma în toate zilele vieții noastre. Pocăinței asumate și trăite îi revine sarcina de a ne aduce în starea în care să putem fi primiți în mila și iubirea lui Dumnezeu⁴⁵⁷.

Antonie Bloom consideră că pocăința înseamnă capacitatea omului de a conștientiza că păcatul este o putere ucigătoare ce îl înstrăinează și-l separă de Hristos și de aproapele și în fața unei astfel de descoperiri a te pocăi înseamnă să vrei să schimbi ceva în viața ta pentru a restabili legătura cu Cel de care tocmai te-ai înstrăinat prin păcat⁴⁵⁸.

⁴⁵³ Mitropolit Antonie de Suroj, *Taina iertării. Taina tămăduirii*, p. 19.

⁴⁵⁴ Michel Evdochimov, *op. cit.*, p. 111.

⁴⁵⁵ Mitropolit Antonie de Suroj, *Taina iertării. Taina tămăduirii*, p. 66.

⁴⁵⁶ Antonie de Suroj, *Taina vindecării*, p. 53.

⁴⁵⁷ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Școala rugăciunii*, p. 42.

⁴⁵⁸ Pr. Roman Rytsar, *op. cit.*, p. 317.

Pocăința începe, practic, cu această conștientizare a păcatului, în primul rând, și apoi cu hotărârea de a te întoarce de la rău spre bine. În fața unei conștiințe ce-ți descoperă păcatul ca fiind o putere pricinuitoare de moarte nu poți sta pasiv, ci iei atitudine, „te pui la punct pe tine”, cum spunea adesea Părintele Arsenie Papacioc, și aceasta implică să alegi să mori tu păcatului decât să mori din cauza lui, depărtat de Dumnezeu, izolat de cei dragi, izgonit într-o veșnicie lipsită de lumină, milă, dragoste sau compasiune.

Pocăința nu înseamnă să alunecăm într-un ocean de tristețe din care să nu mai putem ieși, ci ea trebuie să fie calea conștientizării și biruirii păcatelor prin care putem renaște spre o viață nouă, în care să poată să se întrevadă bucuria, împlinirea, pacea.

Justificatoare, în acest sens, este bucuria și evlavie cu care este întâmpinat Hristos, atunci când a intrat în casa lui Zaheu. Atenția și fericirea de care era cuprins Zaheu în prezența lui Dumnezeu era născută în viața lui de „convertirea sa adevărată, de un act de pocăință și de metanoia, care înseamnă o direcție cu totul nouă a vieții sale”⁴⁵⁹. Întâlnirea cu Hristos deșteptase în sufletul său „schilodit” viață și bucurie. Zaheu, lepădându-se de trecutul său, era de acum un om împăcat cu Dumnezeu, pregătit să îndrepte toate fărădelegile și să înceapă o viață nouă, marcată de încrederea și credința în Dumnezeu⁴⁶⁰.

„Metanoia”, după învățătura Mitropolitului Antonie, este însăși pocăința. Totodată „metanoia” este termenul grecesc care desemnează „transformarea totală a ființei noastre”⁴⁶¹.

Este un „act de convertire duhovnicească, [...] de înnoire a minții [...] nu numai regretarea trecutului, ci transformarea totală a perspectivei, înnoirea manierei de a ne raporta la Dumnezeu, la alții și la noi înșine”⁴⁶².

Asemeni lui Zaheu și noi adunăm într-o viață o sumedenie de experiențe, unele care ne aduc cinste, altele care dimpotrivă ne macină conștiința.

Din experiența duhovnicească pe care a dobândit-o în taina atâtor mărturisiri, Vlădica Antonie surprinde următorul fapt, și anume că unele evenimente din viața oamenilor mor odată cu trecutul lor, pe când altele rămân mereu vii în amintirea lor. Unele nu mai au consistență în prezent, pe când altele nu le dau pace⁴⁶³.

La fel se întâmplă și cu păcatul, zice Vlădica Antonie, pentru care ne-am pocăit sau pentru care nu ne-am pocăit încă. Ceea ce încă mai prezintă consistență în prezent, din trecutul nostru, sunt păcatele pentru care nu ne-am pocăit. Cel care a trăit într-o profundă stare de păcat și indiferență, scârbit și îngrozit de propria lui viață, dacă se întoarce acum la

⁴⁵⁹ Mitropolitul Antonie de Suroj, *Reflecții. O călătorie duhovnicească*, p. 75.

⁴⁶⁰ *Ibidem*.

⁴⁶¹ Michel Evdochimov, *op. cit.*, p. 114.

⁴⁶² Pr. Răzvan Andrei Ionescu, Adrian Lemeni, *Dicționar de Teologie Ortodoxă și știință*, pp. 222-223.

⁴⁶³ Antonie de Suroj, *Taina vindecării*, p. 38.

Dumnezeu, strigându-și durerea, pocăindu-se înaintea Lui și renunțând la obișnuințele cele rele, își poate îndrepta trecutul. Omul vechi moare și renaște omul cel nou. Astfel trecutul se repară și el dobândește liniște și un nou chip, unul despătimit⁴⁶⁴.

Atunci când păstrăm un sentiment de ură pentru cineva și nu facem nimic ca să îndreptăm această situație din neputință, rea voință sau indiferență, atunci el rămâne întipărit în sufletul nostru. Pot trece ani buni și ura din inima noastră să persiste chiar dacă între timp poate am uitat contextul în care s-a născut. Dar această ședere a urii în sufletul nostru nu are un caracter pasiv precum o carte pe care o așezi și stă nestingerită într-o bibliotecă până când o ia cineva de acolo, ci se transformă într-o otravă ce ne afectează întreaga ființă și întreaga viață. Hristos spune că „Luminătorul trupului este ochiul tău. Când ochiul tău este curat, atunci tot trupul tău e luminat; dar când ochiul tău e rău, atunci și trupul tău e întunecat” (Luca 11, 34).

Spunea, în acest sens, Părintele Antonie că: „a-i alege pe unii pe care să-i iubești, a-i respinge pe alții pentru a-i urî, indiferent de ce parte te afli, această atitudine nu face decât să se adauge la suma totală a urii și întunericii”. Ura este o poartă deschisă vrăjmașului prin care el intră și se sălășluiește în noi⁴⁶⁵.

Răutatea din trecut, care se găsește foarte bine ancorată în prezent, poate fi tămăduită doar prin intervenția lui Dumnezeu în viața noastră. Uitarea nu vindecă și deci nu poate să fie o soluție, iar intervenția lui Dumnezeu nu este posibilă decât în mod liber. Hristos nu constrânge și nu obligă pe nimeni să se îndrepte, să se curețe de rănilor din trecut.

Vlădica Antonie oferă o mărturie în sensul celor exprimate mai sus și ne vorbește despre un om care a venit la el să se spovedească și care în trecut săvârșise o crimă. Ani la rând, a trăit cu groază, înfricoșata lui faptă, până când s-a pocăit, regretând gestul făcut. Atât de mare a fost pocăința lui încât a sfârșit prin a-L întâlni pe Dumnezeu, dobândind chiar și puterea de a-I spune: „Eu nu mai sunt omul care a săvârșit crima; iartă-mă și îngăduie-mi să trăiesc ca un om liber!...”⁴⁶⁶.

În momentul în care noi putem să afirmăm că nu mai suntem cei care am săvârșit un lucru rău cândva și avem liniște, atunci putem avea certitudinea că păcatul nostru a fost șters din viața noastră.

„Dacă Dumnezeu ne-ar trimite un înger de lumină, am fi de îndată cuceriți. Dar El ne trimite un semen care ne displace, un șef irascibil, un vecin zgomotos, toți ne pun pe jar. Doar

⁴⁶⁴ Mitropolit Antonie de Suroj, *Taina iertării. Taina tămăduirii*, p. 21.

⁴⁶⁵ Idem, *Reflecții. O călătorie duhovnicească*, p. 17.

⁴⁶⁶ Antonie de Suroj, *Taina vindecării*, pp. 38-39.

prin smerenie pătrundem în Împărăție; singura cale este Domnul, pentru că în El ne este dat să iertăm. Primii pași pe calea pocăinței sunt preludiul Împărăției lui Dumnezeu”⁴⁶⁷.

Se poate vedea de aici că Hristos nu lucrează magic în viața noastră și că, pentru a dobândi o virtute, este necesar să o trecem prin filtrul vieții noastre, să ne-o împrăștiem cu ajutorul Lui, evident. Așa se face că dacă vrem să fim răbdători, aflăm din experiența vieților Sfinților Părinți că Dumnezeu ne va așeza în cale oameni zgomotoși, grăbiți, cu ajutorul cărora noi să putem lucra și exersa răbdarea și acest lucru se întâmplă cu fiecare virtute în parte. A nu accepta ceea ce ne trimite Dumnezeu, Care este Cale, Adevăr și Viață, înseamnă a rata ținta vieții celei veșnice.

În relațiile pe care le trăim cu oamenii din jurul nostru apar și tensiuni, certuri, neînțelegeri, ceea ce constituie în timp o povară a sufletului, care ne răpește liniștea și pacea. Confrunțați cu aceste probleme, adesea, așteptăm ca celălalt să se pocăiască și să-și ceară iertare de la noi, și l-am ierta dacă ar merita, dacă a coborât suficient de mult față de noi și constatăm astfel că suntem în afara a ceea ce ne învață Hristos, care prin cuvintele Sfântului Apostol Pavel adresat galatenilor ne spune: „Purtați-vă sarcinile unii altora și așa veți împlini legea lui Hristos” (Galateni 6, 2). El nu ne iartă pentru că merităm, fiindcă astfel ar fi imposibil să obținem iertarea Lui. Nimeni, niciodată, nu va putea spune că merită să fie iertat⁴⁶⁸.

Taina Pocăinței constă în iertarea necondiționată pe care trebuie să ți-o acorzi și să o acorzi aproapelui. Mai înseamnă să trăiești rușinea și umilința pentru a te împăca cu cel aflat în conflict, să porți pe umerii tăi pe cel care nu-ți este drag doar pentru că așa ne-a poruncit Hristos. Pocăința este o luptă pentru viață deoarece știm că „plata păcatului este moartea” (Romani 6, 23) iar luptând cu păcatul, de fapt, noi ne angajăm într-o luptă împotriva morții în care este nevoie să coborâm în sinele nostru, în iadul din noi împreună cu Hristos și ridicați de El să revenim la viață. Sfântul Siluan Athonitul, cuprins de deznădejde, angajat fiind și el într-o astfel de luptă pentru viață, cere lui Dumnezeu să-l învețe ce să facă pentru ca sufletul său să devină smerit. Îl luptau demonii cumplit și nu mai avea pace și nici nu se mai putea ruga și atunci Domnul, văzând cererea lui sinceră, îi răspunde: „Ține mintea ta în iad și nu deznădăjdui!”⁴⁶⁹.

Însă, pentru a putea face acest lucru, este nevoie de trezvie. Părinții Bisericii ne învață ca pe valurile vieții acesteia, să avem mereu în suflet amintirea morții. Astfel, fiecare clipă din viața noastră va fi trăită cu maximă responsabilitate și atenție la starea noastră interioară, așa

⁴⁶⁷ Michel Evdochimov, *op. cit.*, p. 114.

⁴⁶⁸ Mitropolit Antonie de Suroj, *Taina iertării. Taina tămăduirii*, p. 69.

⁴⁶⁹ Sfântul Siluan Athonitul, *Între iadul deznădejzii și iadul smereniei*, p. 21.

încât, dacă și-a făcut loc în noi vreun neajuns, vreo supărare, sau dacă am osândit noi pe cineva, să avem puterea de a ne îndrepta prin pocăință și de a nu lăsa ca răutatea să prindă rădăcini, care mai târziu vor fi foarte greu de smuls.

Isihie Sinaitul pune pe seama de „a avea în suflet neîncetat amintirea morții”⁴⁷⁰ menținerea stării de trezvie despre care tocmai am amintit, prin care omul este atent la tot ceea ce face și, în special, la lucrarea lăuntrică a gândurilor sale, împiedicându-le astfel pe cele rele⁴⁷¹.

Amintirea morții nu trebuie să fie pentru noi ca o frică, menită să ne ducă în pragul deznădejdiei, zice Vlădica Antonie, ci mai degrabă o chemare de a trăi viața pe care o mai avem în toată profunzimea ei deoarece „doar moartea ne poate da măsura a ceea ce trebuie să fie viața; doar omul care este gata să-și pună viața pentru Dumnezeu său, pentru dreptatea lăuntrică, pentru aproapele său, doar acest om poate trăi cu toată puterea sufletului său”⁴⁷².

Aceste adevăruri, despre care vorbește Vlădica Antonie au fost trăite de mulți dintre cei care, așa cum spuneam, au trecut prin experiența temnițelor comuniste și care au demonstrat că pot birui moartea mult dorită de călăii regimului comunist, cât timp sufletul lor rămâne ancorat în Hristos și în slujirea cu iubire jertfelnică a aproapelui.

Încercând să fac o paralelă între ceea ce au trăit unii oameni cândva și ceea ce înseamnă viața din zilele noastre pentru foarte mulți dintre semenii noștri mă reîntorc la experiența academică, medicală și de viață a lui Victor E. Frankl, mai ales că profilul său este asemănător cu cel al tânărului Andrei Bloom. Ambii au gustat paharul amar al suferinței, al războiului, al nedreptății, și din punct de vedere profesional, îi leagă medicina, însă fiecare pe ramura lui, angajați în vocația de a alina durerea celui aflat în suferință, de a vindeca răni care necăjesc și trupul și sufletul omului.

Victor E. Frankl, vorbește despre „vidul existențial”, pe care îl prezintă ca pe un fenomen cu largă răspândire în secolul al XX-lea, care se manifestă printr-o stare de plictiseală, datorată faptului că mulți oameni nu mai știu cum să gestioneze timpul lor liber. Nu mai știu ce să facă cu el. Multe cazuri de suicid, spune Victor E. Frankl, se datorează tocmai acestui vid existențial⁴⁷³.

Nu cred să se fi schimbat ceva în această privință, în secolul în care ne aflăm. Putem, însă, să ne propunem ca temă de meditație aceste două extreme, și anume să ne gândim pentru ce au murit unii dintre semenii noștri, motivați de o stare lăuntrică în care se sălășluisse harul

⁴⁷⁰ Isihie Sinaitul, *Cuvânt despre trezvie și virtute*, I.17 în traducere de Pr. Prof. dr. Dumitru Stăniloae, în „Filocalia Românească”, volumul 4, Editura I.B.M.O., București, 2010, p. 59.

⁴⁷¹ *Ibidem*, I.18, p. 59.

⁴⁷² Antonie Bloom, Mitropolitul Surojului, *Despre credință și îndoială*, p. 247.

⁴⁷³ Viktor E. Frankl, *Omul în căutarea sensului vieții*, pp. 119-120.

lui Dumnezeu și pentru ce „idealuri” aleg azi mulți oameni să moară. Este o distanță foarte mare între cele două realități, ceea ce arată rolul și locul credinței asumate în sufletul omului.

Să mori, prin pocăință, păcatului, să mori călcând stima și părerea de sine, să mori tăindu-ți voia pentru ca celălalt să poată trăi liber sunt parcă deziderate mai greu de împlinit pentru omul contemporan decât martirajul celor din trecut.

Concluzii

A mărturisi credința în Dumnezeu, valorile neamului și obiceiurilor străbune, într-o societate secularizată este o adevărată provocare. Poți fi foarte ușor catalogat ca fiind religios, fanatic, sau prea naționalist, de parcă ar fi un act ieșit din comun acela de a-ți mărturisi valorile. Omul zilelor noastre este educat, prin toate mijloacele, să trăiască după bunul său plac, să gândească „liber”, să nu fie constrâns de nimeni și nimic, să poată face orice în numele libertății sale de exprimare, să consume mai mult decât are nevoie și de ce nu să-și dea frâu liber satisfacerii oricărei plăceri. Lumea de azi, în general vorbind, aleargă după un trai mai bun, după confort, după joburi bine plătite și ajunge să-și sacrifice ani buni din viață pentru îndeplinirea lor.

Biofizicianul Virgiliu Gheorghe, doctor în bioetică al Universității Aristotel din Tesalonic, puternic ancorat în diagnosticarea și prezentarea pericolelor la care sunt supuși oamenii societății în care trăim, a pus la dispoziția celor interesați mai multe cărți în care vorbește despre „efectele micului ecran asupra minții copilului” , sau „pornografia” ca maladie a secolului al XXI-lea, atrăgând atenția asupra faptului că asistăm la o formă de pervertire a minții în masă: „Chiar dacă nu suntem perfect de acord cu comportamentul celor de pe micul ecran, cu spiritul lor, cu modul lor de a fi sau de a gândi, totuși acestea ni se vor transmite și, în timp, ni se vor fixa prin vizionare repetată”⁴⁷⁴.

Practic, omul este invitat, fără să-și dea seama, să uite de Dumnezeu și să accepte de bună voie idoli care să-i satisfacă nevoile și plăcerile primare, imediate. Sugestiv în acest sens este titlul unei cărți ce-i aparține numită „Revrăjirea lumii”⁴⁷⁵, în care arată cum omul ajunge să nu se mai poată despărți de televizor: „Studiile sociologice demonstrează că oamenii, deși știu că o mare parte din tot ceea ce văd pe micul ecran este ficțiune, se comportă ulterior vizionării ca și cum totul ar fi fost real și bun de avut ca model. «A fi văzut» a fost dintotdeauna cel mai bun argument”⁴⁷⁶.

„Ajutat” și de internet, omul ajunge să trăiască într-un spațiu virtual, în care se închide, și acest lucru din punct de vedere teologic înseamnă o neputință de a se interioriza pentru că el este mereu ancorat în ceva exterior lui. Din exterior, se hrănește, tot de acolo își procură și motivațiile, aspirațiile și de ce nu scopul pentru care trăiește și astfel încet, încet, se

⁴⁷⁴ Virgiliu Gheorghe, *Efectele micului ecran asupra minții copilului, ediția a doua*, Editura Prodomos, 2013, p. 34.

⁴⁷⁵ Idem, *Revrăjirea lumii sau de ce nu mai vrem sa ne desprindem de televizor*, ediția a doua, Editura Prodomos, 2013.

⁴⁷⁶ *Ibidem*, p. 15.

depărtează tot mai mult de lăuntruul său, acolo unde Hristos stă și tot bate la ușa inimii sale că, poate, poate, se va deschide într-o zi.

Ascultându-mi inima într-o seară după ce venisem de pe drumurile zgomotoase ale orașului, mi-a venit în minte un gând care îmi spunea: „uite, măi băiete, uite cum Hristos mișcă inima ta într-o parte și-n alta precum limba unui clopot, ca tu să trăiești, să ai viață și poate că, auzindu-L îți vei îndrepta atenția către El”. Stă acolo și se ostenește în fiecare om, indiferent dacă Îi acordă atenție sau nu, indiferent dacă Îl cinstește sau nu, nefăcând nici o deosebire între oameni.

Pe fondul acestei realități minimal conturate în cele pe care le-am afirmat mai sus, deși se trâmbează ideea libertății de a gândi și a trăi, în realitate omul nu mai este liber, gândește după harta narațiunilor ce i-au fost induse, trăiește într-o altă lume, și nu în cea reală. Lumea în care își duce traiul îi spune că trebuie să fie mereu fericit, ca în filme, mereu îndrăgostit, tot ca în filme, să iubească atâta timp cât există un context prietenos, în caz contrar totul se dărâmă. E suficient să dai drumul la aparatul de radio și să asculți doar câteva melodii care se difuzează în direct pe post ca să-ți poți da seama în ce termeni este încadrată iubirea, dragostea, bucuria, comuniunea, relațiile dintre tineri, bucuria de a trăi sau nu.

În momentul în care observă că nu poate fi așa cum de fapt, i se prezintă noua dimensiune în care este invitat să trăiască, omul ajunge să derapeze în depresii, stări de nervozitate, nemulțumire, instabilitate în relațiile cu ceilalți, rata divorțurilor crește, cabinetele de psihiatrie se înmulțesc, și asistăm la nașterea unei societăți destrămate, care nu are rădăcini și care este foarte ușor de manipulat. Apar dependențele de toate formele, și cea care constituie cel mai mare pericol pentru că dărâmă omul de la vârstele cele mai mici este pornografia. Virgiliu Gheorghe, repet, o numește „maladia secolului XXI”. Efectele pe plan personal, trupesc, sufletesc, social sau duhovnicesc ale acestei maladii sunt foarte grave și greu de vindecat deoarece se comportă precum drogurile despre care știm că au scurtat viețile multor oameni.

Din experiența pe care am dobândit-o în câțiva ani de când lucrez cu oamenii în calitate de fotograf, am constatat că oamenii nu mai vor să fie surprinși așa cum sunt ei în realitate, ci vor să fie integrați într-o atmosferă de basm dacă se poate, într-o lume ireală în care ei să pară mai frumoși decât sunt în realitate. Conștientizez faptul că pe zi ce trece, ne simțim din ce în ce mai puțin confortabil cu noi înșine, așa cum suntem și de aceea alergăm la tot felul de surrogate din exterior, cu care să putem umple această lipsă de sens din viața noastră.

Ce legătură au toate acestea cu tema aceasta? Am considerat, în primul rând, că este necesar să vorbesc puțin de contextul actual al vieții noastre, despre o parte din problemele cu

care se confruntă lumea de azi ca apoi să arăt că învățăturile Mitropolitului Antonie sunt cât se poate de actuale. Aș putea spune că în ele se pot găsi căi sigure de ieșire din numeroasele probleme în care se regăsesc mulți oameni ai zilelor noastre.

Vlădica Antonie ne propune să facem din viață rugăciune, și nu orice fel de rugăciune ci una care aduce roade, care ne scoate din zona imaginației, din spațiul virtual și imaginar în care am ales să trăim, influențați de mediul și societatea actuală, și să căutăm să stabilim o relație vie, autentică, personală cu Dumnezeu.

Părintele Profesor Dumitru Stăniloae pune mare accent, în studiile sale dogmatice, ca de altfel și Vlădica Antonie, pe persoană și relație. În virtual sau imaginar, nu există relație. Acolo nu încap Dumnezeu. În fond, aceasta este și miza vrăjmașului, care acum lucrează cu instrumente din ce în ce mai fine, rafinate și complexe, de a-l scoate pe om din zona relației și de a-l plasa într-o zonă de vis, în care lucrurile se petrec după alte legi, în care suferința este cel mai rău lucru posibil ce i se poate întâmpla omului în timp ce plăcerile și așa zisele bucurii pe care acestea le oferă sunt ținta ultimă.

Vlădica Antonie ne vorbește de asumarea celuiilalt, de a-l cuprinde în rugăciunile noastre, de a-l ajuta să-și ducă mai ușor crucea. Aceasta implică asumarea stării de jertfă, prin care omul se apropie de Dumnezeu, pentru că suntem creați după chipul și asemănarea Lui.

Diaconul Adrian Sorin Mihalache a scris o carte foarte interesantă intitulată: „Ești ceea ce trăiești”⁴⁷⁷. El confirmă, pe baza cercetărilor recente și a statisticilor, faptul că persoanele care au o viață religioasă de „rugăciune practică în mod constant” se bucură de efecte pozitive în ce privesc stările de depresie, anxietatea în sensul că le depășesc și ies mult mai ușor din ele. Relațiile de familie și contactele sociale ale acestor oameni sunt mult mai stabile. Rata sinuciderilor, crimelor sau divorțurilor este mult diminuată în rândul lor⁴⁷⁸.

Cel care se roagă și duce o viață religioasă autentică nu ajunge la psiholog pentru că în Biserică găsește tot ceea ce are nevoie, atât pentru prevenție, cât și pentru tratarea bolilor. De aceea, Biserica este numită, pe bună dreptate, „spital duhovnicesc”, unde Hristos, Care este „doctorul sufletelor și al trupurilor noastre”⁴⁷⁹ operează cu harul Sfântului Duh.

Mitropolitul Antonie ne înfățișează, apoi, Taina Spovedaniei ca pe un bun prilej de a ne întoarce la Hristos care ne așteaptă cu brațele deschise, privind de departe dacă nu cumva am sărăcit tot căutând comori prin locuri pustii și răbdând în tot acest timp starea noastră de înstrăinare de El. Este o șansă de a ne împăca cu El și de a dobândi astfel liniștea pierdută.

⁴⁷⁷ Diacon Adrian Sorin Mihalache, *Ești ceea ce trăiești – Câteva date recente din neuroștiințe și experiențele duhovnicești ale Filocaliei*, Editura Trinitas, București, 2017.

⁴⁷⁸ *Ibidem*, p. 100.

⁴⁷⁹ *Molitfelnic*, p. 401.

Câți, oare, din cei prinși în capcanele vremurilor pe care le trăim nu au ajuns în pragul deznădejdiei, al disperării, al neîncrederii sau al pierderii stimei de sine, în urma unei vieți trăite în păcate grele și cărora medicina nu le poate reda stabilitatea de care s-au bucurat cândva? De aceea, Vlădica Antonie îndemna ca fiecare să se cerceteze pe sine și să vadă ce anume îl desparte de Dumnezeu, și cu acele lucruri să vină la Taina Spovedaniei pentru că odată ce i-au fost dezlegate păcatele și întărită încrederea să poată lucra la vindecarea lui, la restabilirea valorilor sale.

Revin în actualitate și apelez din nou la studiile domnului Virgiliu Gheorghe, în care acesta afirmă că „cele mai mari greutăți pe care le întâmpină cel cufundat în mocirla pornografiei este starea de vinovăție care-l deprimă, îi scade respectul de sine și-l deznădăjduiește”⁴⁸⁰. Psihologii se străduie să-i redea încrederea în sine și curajul de a lupta cu această boală, însă nu poate vindeca acest sentiment de vinovăție de care este cuprins. În momentul în care omul știe că este iertat, atunci se eliberează de acest complex și de această povară și astfel se naște în sufletul său nădejdea de a se putea schimba. Astfel „spovedania face mai mult decât o mulțime de tehnici psihoterapeutice”⁴⁸¹.

Vedem, astfel, că ceea ce învăța Mitropolitul Antonie este confirmat azi de cercetările științifice, lucru îmbucurător pentru că suntem încredințați că acolo unde medicina nu mai poate face nimic, Biserica poate oferi soluții.

Taina Spovedaniei este strâns legată de Taina Pocăinței. Vlădica Antonie le tratează ușor separat, punând accent pe câteva particularități specifice fiecăreia în parte. Dacă Spovedania o vede ca pe o cale de întâlnire cu Dumnezeu și șansă de a veni în fața Lui și a recunoaște că ai greșit, putând astfel să obții ceea ce nici o instanță lumească nu-ți poate oferi, și anume dezlegarea de păcate și iertarea lor, prin Taina Pocăinței Vlădica Antonie înțelege hotărârea omului de a se schimba. O spovedanie fără pocăință nu duce la nici un rezultat, în sensul că nu schimbă viața omului și astfel el persistă în aceleași păcate. Mărturisind în mod repetat aceleași păcate de la o spovedanie la alta, justifică faptul că aceasta nu a fost însoțită și de pocăință.

Diaconul Adrian Sorin Mihalache spunea, pe baza cercetărilor recente, că „trupul omenesc, prin procesele neurochimice din adâncul lui, vădește, în plan sensibil, faptul că o anumită întristare poate fi folositoare lucrării celei bune”. Ea poate crea o dispoziție omului, revigorându-i dorința și hotărârea de a se osteni mai mult în vederea lucrării virtuților⁴⁸².

⁴⁸⁰ Virgiliu Gheorghe, *Pornografia – maladia secolului XXI*, Editura Prodomos, 2011, p. 214.

⁴⁸¹ *Ibidem*.

⁴⁸² Diacon Adrian Sorin Mihalache, *op. cit.*, p. 181.

Odată ce omul stăruie în păcat, este firesc să se simtă înstrăinat, la un moment dat, și să fie cuprins de tristețe, pentru că el se depărtează de sensul său ontologic, de ceea ce în mod firesc a fost sădit în el de Dumnezeu prin creație. Tristețea, în acest caz, poate fi considerată ca un semnal de alarmă că am pierdut legătura cu izvorul bucuriei, Hristos, și nu ne rămâne decât să facem un efort de a ne reîntoarce.

Acestea sunt doar câteva considerații și argumente prin care am încercat să arăt că învățăturile Mitropolitului Antonie sunt cât se poate de actuale, ele oferă soluții concrete la problemele cu care se confruntă omul din societatea actuală. Mitropolitul Antonie se remarcă printr-un limbaj ușor de primit, pentru că nu folosește termeni care pot fi încadrați într-o disciplină spirituală, duhovnicească, străină de cei care au ales să trăiască departe de Dumnezeu, ci reușește să transmită învățătura Sfinților Părinți de odinioară, plecând de la realități concrete trăite de cei care îi călcau pragul. Ce știi despre Dumnezeu? Ți pare rău pentru păcatele pe care le-ai mărturisit? Te poți satura doar cu cele materiale, sau există o foame pe care numai Dumnezeu o poate astâmpăra? Poți să trăiești fără El? Sunt doar câteva întrebări pe care le puteai auzi rostite de Vlădica Antonie care, de fapt, căuta să te aducă cu picioarele pe pământ, într-un plan cât se poate de real și firesc. Odată ce erai ajutat să ajungi aici, puteai vedea limpede ce anume te desparte de Dumnezeu și cum poți face ca aceste bariere să poată fi doborâte.

De aceleași lucruri au nevoie și oamenii zilelor noastre, să fie aduși în viața cea reală, să fie pescuiți, dacă putem spune așa, din oceanul imaginației și aduși la mal, unde să poată respira, unde să poată trăi cu adevărat, unde să poată simți ceea ce îi înconjoară. Rugăciunea este o cale de a te aduna din multa risipire și de a petrece un timp prețios cu tine și cu Dumnezeu, într-un dialog tainic ce înveșnicește timpul. Gestionarea timpului este o problemă a societății actuale, iar rugăciunea, după cum am văzut, ne poate fi de mare folos, ne ajută să nu mai fim fii risipitori, ci răscumpărători ai vremii.

Sfinții Părinți ne vorbesc despre răscumpărarea vremii sau a timpului prin ocuparea timpilor mici de peste zi cu rugăciune. În fața nedreptăților care se fac azi la vedere în spațiul public, a tensiunilor frecvente ce au loc în societate, a presiunilor care se fac pentru ca valori precum familia, să fie pervertite și păcatul să fie legiferat și ridicat la rang de virtute, mesajul Vlădicăi Antonie de a ne întoarce la Hristos în regim de urgență, de a ne împăca și restabili legătura cu El într-un mod cât se poate de firesc și personal, este unul cât se poate de actual și are menirea de a ne salva de multele primejdii pe care vrăjmașul ni le întinde.

Doar în Hristos, tot ceea ce ni se întâmplă capătă sens sau valoare și doar credința ne poate ajuta să nu ne pierdem în lumea aceasta, care se tot distanțează de El. Dacă odinioară credința era un mod de trai într-o comunitate și chiar dacă nu erai prea credincios tot mai

aveai o șansă pentru că te luai cu lumea și mergeai cu ea până la urmă, pe calea cea bună, azi lumea s-a schimbat și nu-ți mai poți pune speranța în ea, în vreun curent care să te ia și pe tine. Este nevoie de un efort personal pentru a te ține strâns legat de Cer.

Să facă Bunul Dumnezeu ca, prin rugăciunile Vlădicăi Antonie, să ajungem și noi să-L descoperim pe Hristos ca pe o prezență vie, Care să ne însoțească pe tot parcursul acestei vieți trecătoare, fiindu-ne totodată Cale spre Împărăția cea veșnică!

Bibliografie:

Izvoare:

1. *Biblia sau Sfânta Scriptură*, Tipărită cu binecuvântarea Preafericitului Părinte Daniel Patriarhul Bisericii Ortodoxe Române cu aprobarea Sfântului Sinod, Editura I.B.M.O., București, 2008.
2. ****Cuvinte folositoare ale sfinților bătrâni cei fără de nume*, editura Doxologia, Iași, 2009.
3. ****Everghetinosul*, volumul I-II, transliterare, diortosire, revizuire după ediția grecească și note de Ștefan Voronca, Editura Egumenița, Galați, 2009.
4. ****Everghetinosul*, volumul III-IV, transliterare, diortosire, revizuire după ediția grecească și note de Ștefan Voronca, Editura Egumenița, Galați, 2013.
5. ****Liturghier*, Editura I.B.M.O., București, 2012.
6. ****Mărturisirile sincere către duhovnicul său ale unui pelerin rus cu privire la rugăciunea lui Iisus*, ediția a II-a, traducere de Paulin Lecca, Editura Sophia, București, 1998.
7. ****Molitfelnic*, Editura I.B.M.O., București, 2013.
8. ****Patericul ce cuprinde în sine cuvinte folositoare ale sfinților bătrâni*, Episcopia Ortodoxă Română Alba Iulia, 1990.
9. ****Patericul mare. Apoftegmele părinților pustiei – colecția tematică*, traducere, introducere și note de Pr. Prof. Constantin Coman, Editura Bizantină, București, 2016.
10. ****Sbornicul. Culegere despre rugăciunea lui Iisus*, vol. I, Editura Reîntregirea, Alba Iulia, 2000.
11. MARCU ASCETUL, *Despre legea duhovnicească, în 200 de capete*, 25, traducere de Pr. Prof. dr. Dumitru Stăniloae, în „Filocalia Românească”, volumul 1, Editura I.B.M.O., București, 2008.
12. SFÂNTUL GRIGORIE SINAITUL, *Despre felul cum poate fi aflată lucrarea*, traducere de Pr. Prof. dr. Dumitru Stăniloae, în „Filocalia Românească”, volumul 7, Editura I.B.M.O., București, 2013.

13. SFÂNTUL IGNATIE BRIANCANINOV, *Despre înșelare*, traducere de Cristea Florentina, Editura Egumenița, Galați, 2010.
14. SFÂNTUL IOAN DE KRONSTADT, *Viața mea în Hristos*, traducere de Boris Buzilă, Editura Sophia, București, 2005.
15. SFÂNTUL IOAN GURĂ DE AUR, *Omiliile despre pocăință*, traducere de preot profesor Dumitru Fecioru, Editura I.B.M.B.O.R., București, 1998.
16. SFÂNTUL IOAN SCĂRARUL, *Scara*, Editura Mănăstirea Sihăstria, Vânători-Neamț, 2015.
17. SFÂNTUL ISIHIE SINAITUL, *Cuvânt despre Trezvie și virtute*, traducere de Pr. Prof. dr. Dumitru Stăniloae, în „Filocalia Românească”, volumul 4, Editura I.B.M.O., București, 2012.
18. SFÂNTUL MACARIE DE LA OPTINA, *Povește duhovnicești*, traducere de Daniela Filioreanu, Editura Egumenița, Galați, 2002.
19. SFÂNTUL MACARIE EGIPTEANUL, *Pocăința sau întoarcerea la Dumnezeu. Extrase din Omiliile duhovnicești ale Sfântului Macarie Egipteanul*, Editura Bizantină, București, 2001.
20. SFÂNTUL NICODIM AGHIORITUL, *Paza celor cinci simțuri*, Editura Bunavestire, Bacău, 2000.
21. SFÂNTUL NICOLAE VELIMIROVICI, *Omilii despre pocăință, dragoste și optimism*, traducere de pr. dr. Iulian Eni și dr. Iuliana Eni, Editura Doxologia, Iași, 2016.
22. SFÂNTUL PORFIRIE KAVSOKALIVITUL, *Cuvinte despre rugăciune și pocăință*, traducere de protoprezbiter dr. Gabriel Mândrilă, Editura Sophia, București, 2016.
23. SFÂNTUL SILUAN ATHONITUL, *Cuvânt pentru rugăciune*, în Arhimandritul Sofronie, *Cuviosul Siluan Athonitul*, traducere de Ierom. Rafail (Noica), Editura Accent Print, Suceava, 2013.
24. IDEM, *Între iadul deznădejdiei și iadul smereniei. Însemnări duhovnicești*, ediția a IV-a revizuită, traducere de diac. Ioan I. Ică. jr., Editura Deisis, Sibiu, 2001.

25. SFÂNTUL SIMEON METAFRASTUL, *Parafraza la Sfântul Macarie Egipteanul*, traducere de Pr. Prof. dr. Dumitru Stăniloae, în „Filocalia Românească”, volumul 5, Editura I.B.M.O., București, 2011.
26. SFÂNTUL SIMEON NOUL TEOLOG, *Sfântul, Miezul Înțelepciunii Părinților*, traducere de Cristian Spătărelu, Editura Egumenița, Galați, 2004.
27. SFÂNTUL TEOFAN ZĂVORÂTUL, *Cum să ne îmbogățim viața prin rugăciunea*, traducere de Adrian Tănăsescu-Vlas, Editura Sophia, București, 2014.
28. IDEM, *Sfaturi înțelepte*, traducere de Cristea Florentina, Editura Egumenița, Galați, 2010.
29. SFÂNTUL TEOFILACT ARHIEPISCOPUL BULGARIEI, *Tâlcuirea Sfintei Evanghelii de la Matei*, ediție îngrijită de R. Sineanu și L.S. Desartovici, Editura Sophia, București, 2007.

Volume

30. ALEXIEV, Arhimandritul Serafim, *Meșteșugul rugăciunii*, traducere de Gheorghiță Ciocioi, Editura Sophia, București, 2015.
31. IDEM, *Leacul uitat. Sfânta Taină a Spovedaniei*, ediția a doua, traducere de Gheorghiță Ciocioi și Petre-Valentin Lică, Editura Sophia, București, 2007.
32. ALFEYEV, Ilarion, Mitropolit de Volokolamsk, *Lumea duhovnicească a Sfântului Isaac Sirul*, traducere de Dragoș Dâscă, Editura Doxologia, Iași, 2013.
33. IDEM, *Rugăciunea – Întâlnire cu Dumnezeu cel Viu*, traducere de Dragoș Dâscă, Editura Doxologia, Iași, 2016.
34. IDEM, *Taina Crediței. Introducere în Teologia Dogmatică Ortodoxă*, traducere de Felicia Dumas, Editura Doxologia, Iași, 2014.
35. ANAGNOSTOPOULOS, Protopresbiter Stefanos, *Rugăciunea în lume*, traducere de Preot Constantin Coman și Garoafa Coman, Editura Bizantină, București, 2009.
36. ANASTASIU, Arhim., Atanasie, *Povățuire către pocăință*, traducere de Ieroschim. Ștefan Nuțescu, Editura Evanghelismos, București, 2004.
37. ANTONIE, de Suroj, *Taina vindecării*, traducere de pr. Alexandru Teompa, Editura Reîntregirea, Alba Iulia, 2009.

38. ANTONIE, Mitropolit, de Suroj, *Adierea Duhului. Purtarea de grijă față de suflet*, traducere de Monahia Mina, Editura Doxologia, Iași, 2015.
39. IDEM, *Asceza și căsătoria*, traducere de Dragoș Dâscă, Editura Doxologia, Iași, 2014.
40. IDEM, *Mai aproape de Hristos. Spovedania și iertarea*, traducere de Dragoș Dâscă, Editura Doxologia, Iași, 2014.
41. IDEM, *Școala rugăciuni*, traducere de Gheorghe Fedorovici, Editura Sophia, București, 2006.
42. IDEM, *Taina iertării. Taina tămăduirii*, ediția a doua, traducere de Monahia Anastasia (Igiroșanu), Editura Reîntregirea, Alba Iulia, 2014.
43. IDEM, *Taina iubirii*, traducere de Adrian Tănăsescu-Vlas, Editura Sophia, București, 2009.
44. IDEM, *Doamne, fii cu noi!*, traducere de monahia Anastasia Igiroșanu, Editura Sophia, București, 2016.
45. IDEM, *Moartea și pierderea grea, în Cum să trăim Ortodoxia astăzi*, traducere de Doina Rogoti, Editura Sophia, București, 2010.
46. IDEM, *Reflecții. O călătorie duhovnicească*, traducere de Dragoș Dâscă, Editura Doxologia, Iași, 2014.
47. IDEM, *Rugăciunea care aduce roade. Buchet de texte duhovnicești pentru lectură zilnică*, traducere de Dragoș Dâscă, Editura Doxologia, Iași, 2014.
48. IDEM, *Rugăciunea vie*, traducere de Cătălin Bogdan, Editura Theosis, Oradea, 2017.
49. ANTONOPOULOS, Arhimandrit Nectarie, *Responsabili pentru toate*, traducere de preot dr. Staicu Ciprian-Ioan, Editura Egumenița, Galați, 2010.
50. BACOIANIS, Arhimandrit, Vasilios, *Duhovnicul și spovedania. Lucruri de știu, sfaturi de urmat, greșeli de evitat*, traducere de pr. Victor Manolache, Editura de Suflet, București, 2012.
51. BOGHIU, Arhimandritul Sofian, *Buchet de cuvântări. Predici și meditații*, Editura I.B.M.B.O.R., București, 2006.

52. BUNGE, Schimarhimandrit, Gabriel, *Mânia și terapia ei după avva Evagrie Ponticul sau Vinul dracilor și pâinea îngerilor*, traducere și cuvânt-înainte de diac. Ioan I. Ică jr., Editura Deisis, 2016.
53. IDEM, *Rugăciunea în Duh și Adevăr – filozofia și teologia capetelor Despre rugăciune ale avvei Evagrie Ponticul și spiritualitatea Părinților pustiei*, traducere de Maria-Cornelia și diac. Ioan I. Ică jr., Editura Deisis, Sibiu, 2016.
54. COMAN, Pr. Prof. univ. dr., Constantin, *Între iluzia împlinirii și certitudinea eșecului. Interviuuri*, Editura Bizantină, București, 2013.
55. CROW, Gillian, *Acest om sfânt*, traducere de Monica-Irina Bazon, Editura Theosis, Oradea, 2017.
56. DANIEL, Pr. de la Rarău, *Rugăciunea lui Iisus – unirea minții cu inima și a omului cu Dumnezeu*, Editura Panaghia, Vatra Dornei, 2014.
57. DIONISIE, Starețul, *Duhovnicul de la Sfântul Munte Athos*, Editura Prodomos, 2009.
58. EVDOCHIMOV, Michel, *Să ne rugăm 15 zile cu Antonie Bloom, Mitropolit de Suroj*, traducere de Măriuca Alexandrescu, Editura Sophia, București, 2015.
59. FRANKL, Viktor E., *Omul în căutarea sensului vieții*, traducere de Silvian Guranda, Editura Meteor Press, București, 2009.
60. GHEORGHE, Virgiliu, *Efectele micului ecran asupra mintii copilului*, ediția a doua, Editura Prodomos, 2013.
61. IDEM, *Pornografia – maladia secolului XXI*, Editura Prodomos, 2011.
62. IDEM, *Revrăjirea lumii sau de ce nu mai vrem să ne desprindem de televizor*, ediția a doua, Editura Prodomos, 2013.
63. GOETTMANN, Alphonse și Rachel, *Rugăciunea lui Iisus. Rugăciunea inimii*, traducere de monahia Siluana Vlad, Editura Mitropolia Olteniei, Craiova, 2007.
64. GRIGORIE, Ieromonah, *Pocăința fiului și iubirea Tatălui. O interpretare patristică a „Parabolei Fiului Risipitor”*, traducere de pr. dr. Constantin Petrache, Editura Egumenița, Galați, 2011.
65. IEROTHEOS, Mitropolit al Nafpaktosului, *Isihie și teologie. Calea tămăduirii omului în Biserica Ortodoxă*, traducere de Protosinghel Teofan Munteanu, Editura Sophia, București, 2016.

66. IDEM, *Vechea și Noua Romă. De la Tradiția ortodoxă la tradițiile Apusului*, traducere de Protosinghel Teofan Munteanu, Editura Doxologia, Iași, 2016.
67. ILIE, Arhimandrit, Cleopa, *Urcuș spre Înviere. Predici duhovnicești*, ediția a II-a, Editura Trinitas, Iași, 1999.
68. IONESCU, Pr. Răzvan Andrei, LEMENI, Adrian, *Dicționar de Teologie Ortodoxă și știință*, Editura Doxologia, Iași, 2016.
69. IOSIF, Gheron, *Mărturii din viața monahală*, ediția a 2-a, traducere de Pr. Prof. Dr. Constantin Coman, Editura Bizantină, București, 2003.
70. ISIHAST, anonim, *Vedere duhovnicească*, traducere de Pr. Prof. Dr. Constantin Coman, Editura Bizantină, București, 2005.
71. KOSTAKU, Ana, *Părintele Porfirie mi-a spus...*, Vol. II, traducere de pr. dr. Ciprian-Ioan Staicu, Editura Egumenița, Galați, 2015.
72. KRESTIANKIN, Arhimandritul, Ioan, *Cum să ne spovedim după îndreptarul celor Zece Porunci și al Fericilor*, traducere de Dorin Ursu, Editura de Suflet, București, 2015.
73. LARCHET, Jean-Claude, *Inconștientul spiritual sau Adâncul neștiut al inimii*, traducere de Marinela Bojin, Editura Sophia, București, 2009.
74. IDEM, *Terapeutica bolilor spirituale*, traducere de Marinela Bojin, Editura Sophia, București, 2006.
75. IDEM, *Ține candela inimii aprinsă. Învățătura părintelui Serghie*, ediția a doua, traducere de Marinela Bojin, Editura Sophia, București, 2004.
76. LEMONTZI, Arhimandrit dr. Theofil, *Păcatul: vinovăție sau întristare? O trecere prin tragismul existenței omenești*, traducere de preot Victor Manolache, Editura Egumenița, Galați, 2013.
77. MATH-GREEN, Frederica, *Rugăciunea lui Iisus – călăuza inimii către Dumnezeu*, traducere de Dragoș Dâscă, Editura Doxologia, Iași, 2014.
78. MIHALACHE, Diacon, Adrian Sorin, *Ești ceea ce trăiești – Câteva date recente din neuroștiințe și experiențele duhovnicești ale Filocaliei*, Editura Trinitas, București, 2017.

79. MORARIU, Arhimandrit, Dosoftei, *Sfântul Serafim de Sarov. Viața, nevoințele și învățăturile*, ediția a II-a, Editura Mănăstirea Sihăstria, Vânători, 2004.
80. PAISIE AGHIORITUL, Cuviosul, *Despre Rugăciune*, traducere de Ieroschim. Ștefan Nuțescu, în colecția „Cuvinte Duhovnicești”, vol. VI, Editura Evanghelismos, București, 2013.
81. IDEM, *Mica Filocalie*, traducere de preot Victor Manolache, Editura Egumenița, Galați, 2009.
82. PAISIE, de la Neamț, *Autobiografia și Viețile unui stareț urmate de Așezăminte și alte texte*, ediția a III-a adăugită, editor diac. Ioan I. Ică jr., Editura Deisis, Sibiu, 2015.
83. PAPACIOC, Arhimandritul Arsenie, *Veșnicia ascunsă într-o clipă*, Editura Reîntregirea, Alba Iulia, 2004.
84. IDEM, *Despre Spovedanie și Împărtășanie*, Editura Elena, Constanța, 2013.
85. PAPADIMITRAKOPOULOS, K.G., *Taina Spovedaniei la Sfinții Părinți ai Bisericii*, traducere de preot Ion Andrei Țârlescu, Editura Anestis, București, 2015.
86. PARASCHIV, ierod., Cleopa, DOBZEU, arhim., Mina, *Rugăciunea lui Iisus. Unirea mintii cu inima și a omului cu Dumnezeu*, Editura Agaton, Făgăraș, 2007.
87. PATAPIOS, Monahul, Kavsokalivitul, *Sfântul Cuvios Porfirie Kavsokalivitul Sfințenia în secolul al XXI-lea*, traducere de Diac. dr. Florin Toader Tomoioagă, Editura Doxologia, Iași, 2015.
88. PATRONOS, Georgios, *Îndumnezeirea omului*, traducere de Lect. dr. Sabin Preda, Editura Bizantină, București, 2012.
89. PĂRĂIAN, Arhimandritul, Teofil, *Veniți de luați bucurie*, Editura Teognost, Cluj-Napoca, 2001.
90. PORFIRIE, Părintele, *Antologie de sfaturi și îndrumări*, traducere de Prof. drd. Sorina Munteanu, Editura Bunavestire, Bacău, 2005.
91. SAINT-EXUPÉRY, Antoine, de, *Micul Prinț*, traducere de Benedict Corlaci, Editura Regis, București, 2010.
92. SOFRONIE, Arhimandritul, *Cuvântări duhovnicești*, volumul al doilea, traducere de Ierom. Rafail (Noica), ediția a doua, Editura Accent Print, Suceava, 2015.

93. IDEM, *Cuviosul Siluan Athonitul*, traducere de Ierom. Rafail (Noica), Editura Accent Print, Suceava, 2013.
94. IDEM, *Din Viață și din Duh*, ediția a doua, traducere de ierom. Rafail (Noica), Editura Reîntregirea, Alba Iulia, 2014.
95. IDEM, *Vom vedea pe Dumnezeu precum este*, traducere de Ierom. Rafail (Noica), Editura Accent Print, Suceava, 2015.
96. STĂNILOAE, Pr. prof. dr., Dumitru, *Ascetica și mistica Bisericii Ortodoxe*, Editura I.B.M.B.O.R, București, 2002.
97. IDEM, *Din istoria isihasmului în Ortodoxia Română*, Editura Scripta, București, 1992.
98. IDEM, *Iisus Hristos lumina lumii și îndumnezeitorul omului*, Editura Basilica a Patriarhiei Române, București, 2014.
99. IDEM, *Teologia Dogmatică Ortodoxă - Vol. I*, Editura I.B.M.B.O.R, București, 2010.
100. IDEM, *Rugăciunea lui Iisus și experiența Duhului Sfânt*, Editura Deisis, Sibiu, 2003.
101. VAKAROS, Protoprezbiter Dr., Dimitrios, *Pocăința și spovedania în Filocalie și Everghetinos*, traducere de Cristian Spătărelu, Editura Egumenița, Galați, 2015.
102. VINILESCU, Pr. Petre, *Spovedania și duhovnicia*, Editura Episcopiei Ortodoxe Alba, Alba Iulia, 1995.
103. ZAHAROU, Arhimandritul, Zaharia, *Lărgiți și voi inimile voastre!*, traducere de monahia Mariam Vicol, Editura Reîntregirea, Alba Iulia, 2015.
104. IDEM, *Omul cel Tainic al inimii*, traducere de Monahia Tecla, Editura Basilica, București, 2014.
105. IDEM, *Răscumpărând vremea*, traducere de Pr. Florin-Cătălin Ghiț, monahia Mariam Vicol și Monahia Tecla, Editura Renașterea, Cluj-Napoca, 2014.
106. IDEM, *Taina vieții creștine*, traducere de ierom. Rafail (Noica), Editura Accent Print, Suceava, 2014.
107. IDEM, *Omul – ținta cercetării dumnezeiești*, traducere de Monahia Porfirie și Monahia Tecla, Editura Doxologia, Iași, 2016.

108. ****Despre rugăciune și trezvie în învățăturile Sfinților Părinți*, traducere de Cristea Florentina, Editura Egumenița, Galați, 2005.
109. ****Fapte minunate de la părinți atoniți*, ediția a II-a, Editura Mănăstirea Sihăstria, Vânători Neamț, 2010.
110. ****Ne vorbește părintele Porfirie. Viața și cuvintele*, traducere de ieromonah Evloghie Munteanu, Editura Egumenița Galați, 2003.
111. ****Sfinții Părinți despre pocăință*, traducere de Adrian Tănăsescu-Vlas, Editura de Suflet, București, 2014.
112. ****Viața Mitropolitului Antonie de Suroj din mărturiile celor care l-au cunoscut sau Omul care L-a văzut pe Dumnezeu*, traducere de Monahia Mina, Editura Sophia, București, 2017.

Articole și studii

113. ANASTASIA, Monahia, *Am întâlnit o lumină pe cale*, în *Viața Mitropolitului Antonie de Suroj din mărturiile celor care l-au cunoscut sau Omul care L-a văzut pe Dumnezeu*, traducere de Monahia Mina, Editura Sophia, București, 2017.
114. IDEM, *Cuvânt înainte*, în Mitropolitul Antonie de Suroj, *Doamne, fii cu noi!*, traducere de monahia Anastasia Igiroșanu, Editura Sophia, București, 2016.
115. IDEM, *În căutarea păcii cu Dumnezeu, cu aproapele și cu noi înșine*, în Mitropolit Antonie de Suroj, *Taina iertării. Taina tămăduirii*, ediția a doua, traducere de Monahia Anastasia (Igiroșanu), Editura Reîntregirea, Alba Iulia, 2014.
116. IDEM, *Întâmpinare către cititor*, în Mitropolit Antonie de Suroj, *Viața, boala, moartea*, traducere de Monahia Anastasia (Igiroșanu), Editura Sfântul Siluan, Slatina-Nera, 2010.
117. IDEM, *Purtarea de grijă față de suflete, călăuzire către Împărăție. Cuvânt de mărturie*, în Mitropolitului Antonie de Suroj, *Adierea Duhului. Purtarea de grijă față de suflete*, traducere de Monahia Mina, Editura Doxologia, Iași, 2015.
118. BASIL, Episcop de Serghievo, *Introducere*, în Mitropolit Antonie de Suroj, *Dumnezeu și omul*, traducere de Luminița Irina Niculescu, Editura Sophia, București, 2011.

119. BAȘTOVOI, Protos., Savatie, *Mitropolitul Antonie al Surojului, arhiereu al lui Hristos și om al timpului său*, în *Mitropolitul Antonie de Suroj, Bucuria pocăinței*, traducere de Mihai Costiș, Editura Marineasa, Timișoara, 2005.
120. IGIROȘANU, Monahia, Anastasia, *Întâmpinare către cititor*, în *Mitropolit Antonie de Suroj, Făcând din viață rugăciune*, traducere de Monahia Anastasia Igiroșanu, Editura Sophia, București, 2014.
121. ROZOV, D., *Interviu cu Protoiereul Maxim Nicolski*, în *Viața Mitropolitului Antonie de Suroj din mărturiile celor care l-au cunoscut sau Omul care L-a văzut pe Dumnezeu*, traducere de Monahia Mina, Editura Sophia, București, 2017.
122. TUGARINOV, Evgheni, *Cum l-am cunoscut pe Mitropolitul Antonie*, în *Viața Mitropolitului Antonie de Suroj din mărturiile celor care l-au cunoscut sau Omul care L-a văzut pe Dumnezeu*, traducere de Monahia Mina, Editura Sophia, București, 2017.
123. IDEM, *Interviu cu Mitropolitul Antonie de Suroj*, în *Viața Mitropolitului Antonie de Suroj din mărturiile celor care l-au cunoscut sau Omul care L-a văzut pe Dumnezeu*, traducere de Monahia Mina, Editura Sophia, București, 2017.
124. IDEM, *Interviu cu Mitropolitul Kallistos Ware*, în *Viața Mitropolitului Antonie de Suroj din mărturiile celor care l-au cunoscut sau Omul care L-a văzut pe Dumnezeu*, traducere de Monahia Mina, Editura Sophia, București, 2017.
125. WALKER, Andrew, *Scurtă schiță biografică a Mitropolitului Antonie Bloom*, în Pr. Roman Rytsar, *Teologie chenotică a lui Antonie Bloom, Mitropolitul Surojului, din perspectivă antropologică*, traducere de Lucian Filip, Editura Doxologia, Iași, 2016.

Curriculum vitae

INFORMAȚII PERSONALE



Pântea Constantin-Claudiu

Adresă: Str. Fdc. Oțelăriei, Nr.2, Iași, jud. Iași

Telefon: 0745 629 724

E-mail: claudiu80is@yahoo.com

Naționalitate: română

Data nașterii: 19. 02. 1980

Starea civilă: căsătorit, 3 copii

EXPERIENȚA PROFESIONALĂ

2010–Prezent

Fotograf profesionist

PFA

Tipul sau sectorul de activitate: Artă

2008–2009

Regizor emisie

SC TV BIT SRL, IAȘI TV LIFE

Tipul sau sectorul de activitate: IT

2007–2008

Inginer de sistem

SC VEL PITAR SA, IAȘI

Tipul sau sectorul de activitate: IT - Administrare rețea.

2007–2008

Tehnician

SC MOLID SECURITY SRL, IAȘI

Tipul sau sectorul de activitate: Electronică –

Asamblarea și programarea sistemelor de securitate.

2006–2007

Tehnician

SC DASTECO SRL, IAȘI

Tipul sau sectorul de activitate: Electronică.

EDUCAȚIE ȘI FORMARE

2013–2017

Student

Universitatea „Alexandru Ioan Cuza”, Iași
Facultatea de Teologie Ortodoxă „Dumitru Stăniloae”

Specializarea: Teologie Pastorală

2006–2007

Masterand

Universitatea „Gheorghe Asachi”, Iași
Facultatea de Electronică și Telecomunicații

Specializare: Comunicații

2001–2006

Student

Universitatea „Gheorghe Asachi”, Iași
Facultatea de Electronică și Telecomunicații, Iași

Specializare: Electronică aplicată

1995–1999

Elev

Grupul Școlar „Alexandru cel Bun”
Gura-Humorului, jud. Suceava

Atestat: Electronist RTV

COMPETENȚE PERSONALE

Limba maternă

Română

Alte limbi străine cunoscute

Franceză

Engleză

ÎNȚELEGERE		VORBIRE		SCRIERE
Ascultare	Citire	Conversație	Discurs oral	
A1	A2	A1	A1	A2
A2	A2	A2	A2	A2

Competențe de comunicare

- sociabil
- optimist
- putere de concentrare în situații critice
- hobby-uri: muzică, sport, lectură, pictură, artă, drumeții.

Competențe organizaționale/ manageriale

- spirit de inițiativă
- lucru în echipă
- experiență în organizarea activităților de voluntariat dobândită în cadrul proiectului „Dreptul la Viață” al A.S.C.O.R. Iași

Competențe dobândite la locul de muncă

- spirit de observație
- prelucrare și editare de imagini
- arta fotografică, design și realizare grafică
- utilizare PC, internet, instalare de programe și întreținere sistem de operare

Competență digitală

AUTOEVALUARE

Procesarea informației	Comunicare	Creare de conținut	Securitate	Rezolvarea de probleme
Utilizator experimentat	Utilizator experimentat	Utilizator experimentat	Utilizator experimentat	Utilizator experimentat

Avizat,
Îndrumător Lucrare de Licență

Pr. prof. univ. dr. Ioan C. Teșu

Data _____ Semnătura _____

Declarație privind originalitatea conținutului lucrării de licență

Subsemnatul Pânteă Constantin-Claudiu, domiciliul în municipiul Iași, jud. Iași, str. Fdc. Oțelăriei, nr. 2, născut la data de 19.02.1980, identificat prin CNP 18002193306525, absolvent al Universității „Alexandru Ioan Cuza” din Iași, Facultatea de Teologie Ortodoxă „Dumitru Stăniloae”, specializarea Teologie Pastorală, promoția 2013-2017, declar pe propria răspundere, cunoscând consecințele falsului în declarații în sensul art. 326 din Noul Cod Penal și dispozițiile Legii Educației Naționale nr. 1/2011 art. 143 al. 4 și 5 referitoare la plagiat, că lucrarea de licență cu titlul: *Actualitatea învățăturilor Mitropolitului Antonie de Suroj*, elaborată sub îndrumarea Pr. prof. univ. dr. Ioan C. Teșu, pe care urmează să o susțin în fața comisiei este originală, îmi aparține și îmi asum conținutul său în întregime.

De asemenea, declar că sunt de acord ca lucrarea mea de licență să fie verificată prin orice modalitate legală pentru confirmarea originalității, consimțind inclusiv la introducerea conținutului său într-o bază de date în acest scop.

Am luat la cunoștință despre faptul că este interzisă comercializarea de lucrări științifice în vederea facilitării falsificării de către cumpărător a calității de autor al unei lucrări de licență, de diplomă sau de disertație și în acest sens, declar pe proprie răspundere că lucrarea de față nu a fost copiată ci reprezintă rodul cercetării pe care am întreprins-o.

Data azi,

Semnătură student